summus editorial

Gestalt-terapia

fundamentos epistemológicos e influências filosóficas

Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas

Organizadoras:
Lilian Meyer Frazão e
Karina Okajima Fukumitsu

01

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Gestalt-terapia : fundamentos epistemológicos e influências filosóficas / Lilian Meyer Frazão, Karina Okajima Fukumitsu [organizadoras]. – São Paulo : Summus, 2013. – (Coleção Gestalt-terapia : fundamentos e práticas)

Vários autores.
Bibliografia
ISBN 978-85-323-0912-9

1. Gestalt (Psicologia) 2. Gestalt-terapia 3. Psicoterapia I. Frazão, Lilian Meyer. II. Fukumitsu, Karina Okajima. III. Série.

CDD-616.89143

13-03885 NLM-WM 420

Índice para catálogo sistemático:
1. Gestalt : Psicoterapia : Medicina 616.89143



Gestalt-terapia

FUNDAMENTOS EPISTEMOLÓGICOS E INFLUÊNCIAS FILOSÓFICAS

LILIAN MEYER FRAZÃO
KARINA OKAJIMA FUKUMITSU
[ORGANIZADORAS]



GESTALT-TERAPIA
Fundamentos epistemológicos e influências filosóficas

Editora executiva: **Soraia Bini Cury**
Editora assistente: **Salete Del Guerra**
Capa: **Buono Disegno**
Projeto gráfico, diagramação e produção de ePub: **Crayon Editorial**

Summus Editorial
Departamento editorial
Rua Itapicuru, 613 – 7o andar
05006-000 – São Paulo – SP
Fone: (11) 3872-3322
Fax: (11) 3872-7476
http://www.summus.com.br
e-mail: summus@summus.com.br

Atendimento ao consumidor
Summus Editorial
Fone: (11) 3865-9890

Vendas por atacado
Fone: (11) 3873-8638
Fax: (11) 3873-7085
e-mail: vendas@summus.com.br

Sumário

Apresentação

LILIAN MEYER FRAZÃO

KARINA OKAJIMA FUKUMITSU

Apresentar um livro não é tarefa fácil, principalmente quando se trata de um projeto cuja expectativa acompanha o desejo de tê-lo há muito tempo.

Como professoras e treinadoras em cursos de formação em Gestalt-terapia temos identificado, há algum tempo, a falta de bibliografia que pudesse apresentar de forma simples – mas não simplista – os fundamentos da nossa abordagem. Essa constatação nos motivou a procurar a Summus Editorial com a proposta de dar início a uma nova coleção de livros que pudesse suprir, de modo consistente, essa lacuna. Surgiu, assim, a **Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas**.

Neste primeiro volume decidimos apresentar os fundamentos epistemológicos e as influências filosóficas que norteiam a abordagem e compõem os alicerces sobre os quais se desenvolveu a abordagem gestáltica. Nem sempre esses alicerces foram claramente explicitados pelos fundadores da Gestalt-terapia – Perls, Hefferline e Goodman e os demais membros do Grupo dos Sete –, embora possam ser percebidos e até inferidos no percurso acadêmico e profissional de cada um dos fundadores.

Entendemos ser de fundamental importância a articulação coerente e consistente da visão de homem da Gestalt-terapia com as bases teóricas que a fundamentam, uma vez que estas definem o manejo e a prática clínica da abordagem.

Assim, este livro tem o objetivo de oferecer à comunidade gestáltica (estudantes de psicologia, especializandos, profissionais de Gestalt) informações claras e organizadas para o aprofundamento e a ampliação do saber gestáltico, utilizando uma linguagem simples e acessível.

Propor esta obra como a primeira da **Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas** e organizá-la é, ao mesmo tempo, motivo de *orgulho* e *preocupação*. *Orgulho* porque julgamos que a Gestalt-terapia, merecidamente, precisa de um livro destinado a apresentar algumas de suas influências. Já a *preocupação* se deve ao fato de sabermos que não poderíamos contemplar a totalidade de influências da abordagem.

Influência significa "ação que uma pessoa ou coisa exerce sobre outra" (*Novo dicionário Aurélio*, Nova Fronteira, 1977, p. 267). Neste volume, serão abordadas as ações que mereceram destaque na proposta da Gestalt-terapia. Esta, desde 1951 – ano que marca seu surgimento –, tem

percorrido uma jornada profícua, configurando-se como uma abordagem psicológica que, por sua concepção de homem e de mundo e por sua forma horizontal de relação, suscitou o interesse crescente de psicólogos, psiquiatras e outros profissionais da saúde.

Os capítulos foram cuidadosamente escritos para que se enfatizassem as influências teóricas que fundamentam a abordagem gestáltica e seus digníssimos influenciadores: Husserl, Kierkegaard, Buber, Heidegger, Sartre, Köhler, Wertheimer e Koffka, entre outros. Para tanto:

No primeiro capítulo, **Lilian Meyer Frazão** oferece um panorama histórico do período em que a Gestalt-terapia foi fundada, ressaltando o pano de fundo que nos permite compreender o entrelaçamento das diferentes influências teóricas e filosóficas sofridas pela abordagem.

No segundo capítulo, **Ari Rehfeld** apresenta a fenomenologia proposta por Edmund Husserl como uma revolução paradigmática na ciência – particularmente nas ciências humanas – e elucida, de modo claro e profundo, suas correlações com a Gestalt-terapia.

No terceiro capítulo, **Karina Okajima Fukumitsu** expõe, de maneira clara e didática, a forma como a fenomenologia pode ser utilizada como método de pesquisa qualitativa, de acordo com a releitura, feita por Clark Moustakas, dos escritos de Edmund Husserl.

Claudia Lins Cardoso, no quarto capítulo, aborda os pressupostos do existencialismo que apresentam consideráveis repercussões na fundamentação antropológica (visão de homem), teórica e prática da Gestalt-terapia.

No quinto capítulo, **Marisete Malaguth Mendonça** introduz o conceito de humanismo, destacando importantes distinções entre este e a psicologia humanista e suas relações com a Gestalt-terapia.

Lilian Meyer Frazão, no sexto capítulo, explica a psicologia da Gestalt e como esta, ao apresentar uma nova e revolucionária teoria da percepção, influencia a Gestalt-terapia.

No sétimo capítulo, **Hugo Elídio Rodrigues** discorre sobre a teoria de campo de Kurt Lewin – um dos teóricos mais fortemente influenciados pela psicologia da Gestalt –, que afirma que as ações dos indivíduos se coadunam com a relação deles com o meio. Aborda também os estudos de Bluma Zeigarnik sobre fatores que afetam a rememoração de fatos.

Patricia Valle de Albuquerque Lima (Ticha), no oitavo capítulo, fala sobre a Gestalt-terapia holística, organísmica e ecológica, tecendo de maneira sensível e congruente articulações entre a teoria organísmica e as concepções holística e ecológica.

No nono capítulo, **Roberto Peres Veras** finaliza a obra de forma clara e profunda mostrando como o pensamento oriental influenciou Fritz Perls e falando acerca da similaridade entre a filosofia oriental e a Gestalt-terapia no que diz respeito ao método e à visão de homem.

Esperamos que este livro possa contribuir para uma melhor articulação das fontes de influências filosóficas e teóricas de nossa abordagem, bem como sirva de suporte para o aprofundamento dos estudos em Gestalt-terapia.

São Paulo, fevereiro de 2013

As organizadoras

1
Um pouco da história... um pouco dos bastidores[1]

LILIAN MEYER FRAZÃO

Em 2012, a Gestalt-terapia completou 60 anos de existência. Boa parte de sua história e da trajetória de seus fundadores é amplamente conhecida. Neste capítulo, decidi apresentar um pouco daquilo que não é tão conhecido a respeito da abordagem, seus bastidores e algumas histórias pitorescas.

O ano de 1951 é considerado o marco do surgimento da Gestalt-terapia, com a publicação de *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personalit*y, escrito por Frederick Perls, Paul Goodman e Ralph Hefferline. O livro era fruto de anotações que Perls trouxera da África e também dos debates ocorridos no chamado Grupo dos Sete – composto por Isadore From, Paul Goodman, Paul Weisz, Sylvester Eastman, Elliot Shapiro, Laura Perls e Fritz Perls, tendo Richard Kitzler posteriormente se integrado ao grupo. Seus membros se reuniam no apartamento de Fritz e Laura em Nova York.

A Gestalt-terapia surge em meio à psicologia humanista, que traz para a psicologia uma nova visão de homem, significativamente diferente das disseminadas pela psicanálise e pelo behaviorismo – abordagens, na época, bastante deterministas.

A psicologia humanista enfatiza a autorrealização por meio do desenvolvimento das potencialidades humanas de crescimento e criatividade. O homem se autodetermina, interage ativamente com seu ambiente, é livre e pode fazer escolhas, sendo responsável por elas no universo inter-relacional no qual vive, o que constitui um novo paradigma.

Como dizia Sartre, "não importa o que fizeram a você, mas o que você faz com o que lhe fizeram".

Nascido na Alemanha em 1893, Perls imigrou para a África do Sul em 1934, fugindo das nascentes perseguições em seu país de origem. Em 1946, decidiu abandonar a África do Sul por temer que o *apartheid* tivesse desdobramentos semelhantes aos do nazismo. Instalou-se então em Nova York e logo passou a frequentar os locais em que se reuniam boêmios, intelectuais e ativistas da contracultura da época.

Foi nesse mesmo ano de 1946, em um café em Nova York, que Perls ouviu um casal discutindo política mundial. Interessado na conversa, não teve dúvidas e se aproximou, perguntando em seu

inglês carregado de sotaque alemão se poderia sentar-se com eles e participar da conversa. Foi assim que conheceu Holley Cantine e Dachine Rauber, editores da revista anarquista *Retort*.

Durante a conversa, surgiu o nome de Dwight Macdonald, editor da importante revista *Politics*, na qual Perls lera, ainda na África do Sul, um artigo sobre Wilhelm Reich escrito por um tal de Paul Goodman, a quem Perls ansiava por conhecer. Tentou localizá-lo na lista telefônica, mas não foi bem-sucedido.

Goodman era um ativista *gay* anarquista bastante conhecido nos Estados Unidos. Ele escreveu um capítulo no livro *Os grandes escritos anarquistas* (Woodcock, 1981), sendo também autor de um dos clássicos do anarquismo contemporâneo: *Growing up absurd* (1962).

Cantine e Rauber levaram Perls ao apartamento de Goodman, mas este não estava. Apesar de desapontado, Perls não desistiu e pouco tempo depois voltou ao local, obtendo êxito.

Perls pagou US$ 500, soma significativa à época, para que Goodman desse forma às ideias que ele rascunhara num manuscrito que trouxera da África. Este daria origem ao livro que considero o mais importante e complexo de nossa abordagem: *Gestalt-terapia*, o qual, em inglês, tinha o subtítulo "Excitment and growth in the human personality" [Excitação e crescimento na personalidade humana] – enfatizando assim que a Gestalt-terapia não se preocupa apenas com "a cura", e sim com o desenvolvimento do ser humano e com seu crescimento, incluídas aí suas potencialidades.

Goodman já tivera algum contato com as ideias de Perls por meio do livro *Ego, fome e agressão – Uma revisão da teoria e do método de Freud* (1945/2002), que conhecera por intermédio de seu amigo Isadore From e, segundo muitos intelectuais americanos da época, trazia novas e importantes contribuições à psicanálise.

Nesse primeiro livro, Perls ampliava as ideias de seu ex-analista, Wilhelm Reich, de quem tomou emprestado o termo "terapia da concentração" – que foi inclusive um dos nomes aventados pelo Grupo dos Sete para nomear nossa abordagem.

Goodman, por sua vez, tivera contato com o pensamento de Reich por intermédio de seu terapeuta, Alexandre Lowen, que fora discípulo de Reich.

Perls e Goodman consideravam importante o conceito reichiano de autorregulação organísmica, o qual, aliado à ideia de ajustamento criativo, poderia ser uma tradução, para a perspectiva organísmica, da perspectiva econômica enunciada por Marx: "De cada um, de acordo com suas habilidades, a cada um, de acordo com suas necessidades".

Levadas para o campo da educação, das relações sociais, da cultura etc., as propostas da Gestalt-terapia implicariam grandes mudanças, o que ia ao encontro do pensamento de John Dewey, um dos fundadores da escola filosófica do pragmatismo e um dos mais destacados pensadores na área da educação contemporânea, muito citado por Goodman e por Michael Vincent Miller. Ele defendia a educação progressiva e a escola ativa, na qual são valorizadas a iniciativa, a originalidade e a atitude cooperativa do aluno.

Goodman reconheceu no trabalho de Perls a influência de Otto Rank, o primeiro a utilizar a expressão “aqui e agora” e a enfatizar seu valor no trabalho clínico. Vem também de Rank a ideia de considerar cada elemento do sonho uma projeção. Perls e Goodman desenvolveram e aprimoraram amplamente esses dois conceitos de Rank.

Além de Perls e Goodman, um importante nome da Gestalt-terapia é o de Laura Perls. Ela estudara os existencialistas Kierkegaard e Heidegger e os fenomenólogos Husserl e Scheler. Além disso, trabalhou muitos anos com Paul Tillich. Foi analisanda, cinco vezes por semana, por dois anos e meio, de Karl Landauer – um dos fundadores do Instituto de Psicanálise de Frankfurt e amigo pessoal de Buber. Como Goodman, Landauer estava ativamente envolvido em movimentos políticos revolucionários e acabou assassinado pelos nazistas, razão pela qual Laura acreditava que ele tivesse ficado tão pouco conhecido.

Laura conhecia bastante bem as ideias da psicologia da Gestalt, uma vez que fora aluna de Wertheimer, um dos pais dessa vertente, e fizera seu doutorado, sobre percepção visual, nessa área. Nas palavras de Laura, muito antes de ser psicanalista ela fora gestaltista.

Laura trabalhou com Kurt Goldstein por alguns anos, tendo conhecido assim seu marido, Fritz Perls, que também trabalhou com Goldstein por um breve período.

Goldstein era um nome bastante importante e conhecido na Alemanha e posteriormente nos Estados Unidos, para onde emigrou em virtude do nazismo e onde teve aulas de inglês com Paul Goodman.

Para além do estudo da percepção, ele ampliou a psicologia da Gestalt para a compreensão do organismo em sua totalidade. Era psiquiatra e neurologista, tendo trabalhado e escrito inúmeros artigos com Adhemar Gelb, filósofo e psicólogo estudioso da psicologia da Gestalt. Lecionou em universidades na Alemanha e nos Estados Unidos, tendo atuado em hospitais norte-americanos e alemães.

Estudou o efeito dos danos cerebrais em soldados e constatou que, embora eles fossem circunscrito a uma área cerebral específica, ocorria uma fabulosa reorganização geral do comportamento. Para evitar situações imprevisíveis e fora da rotina, os pacientes passaram a desenvolver grande preocupação com ordem e limpeza. Goldstein também observou que pacientes com lesões cerebrais graves na área do pensamento abstrato regrediam à fase concreta na área sexual.

Goldstein é considerado criador da teoria organísmica a qual, influenciada pela psicologia da Gestalt, encara o organismo como uma totalidade interativa, isto é, qualquer coisa que ocorra em parte do organismo o afeta em sua totalidade, independentemente da área atingida. Em 1933, publicou em Amsterdã: *“Der Aufbau des Organismus”* traduzido para o inglês em 1939 como *The organism*.[2]

Como já vimos, de todo o grupo que deu origem à Gestalt-terapia Laura era a que mais conhecia psicologia da Gestalt e, embora achasse inadequado o nome Gestalt-terapia para nossa

abordagem, este acabou sendo o escolhido – talvez em virtude de ser um epíteto chamativo na época. O próprio Köhler, um dos mais importantes expoentes da psicologia da Gestalt, pensava como a mulher de Perls.

A experiência e os estudos de Laura a respeito de amamentação e desmame deram origem ao polêmico trabalho sobre resistências orais que Perls levou, em 1936, ao Congresso Internacional de Psicanálise e foi mal aceito pelos psicanalistas da época, com exceção de Landauer. Além disso, influenciada por sua experiência anterior com dança, Laura desenvolveu a questão do suporte corporal para o contato e a atenção cuidadosa aos campos organismo/ambiente e social.

Um dos primeiros pacientes de Perls em Nova York, em 1945, foi um jovem com poucos recursos financeiros a quem Perls não quis atender porque precisava receber honorários, razão pela qual disse ao moço que o procurasse mais tarde. O jovem foi enfático ao responder que não poderia esperar, ao que Perls retrucou placidamente que teria de ser assim. Pouco depois, Perls perguntou ao jovem o que ele estudava e, ao ouvir fenomenologia em resposta, mudou de atitude imediatamente e disse: “Deite-se no divã!” O jovem era Isadore From, membro do Grupo dos Sete e uma das pessoas que melhor compreenderam e articularam as ideias da Gestalt-terapia.

From lembrava-se pouco da época em que foi paciente de Perls, exceto por uma ou duas passagens engraçadas. Em uma delas, Perls perguntou a ele se nunca tivera fantasias sexuais com ele (Perls), ao que From respondeu: “Não, você é muito velho e feio para isso”.

Infelizmente, Isadore From escreveu pouquíssimo. Afora um artigo publicado em um *Gestalt Journal* de 1984, há uma entrevista com ele no mesmo periódico, publicada em 1982, na qual diz que a única diferença entre a análise de Perls e a freudiana era o fato de que Perls pedia ao paciente que iniciasse as associações livres com a expressão “aqui e agora”.

No artigo de 1984, From menciona uma das divergências de Perls em relação à psicanálise freudiana: enquanto esta afirmava que a introjeção era necessária até os 6 anos, Perls achava que Freud dera pouca atenção às implicações psicológicas e emocionais do surgimento da dentição na criança, o que possibilitava a ela parar de introjetar acriticamente bem antes dos 6 anos.

Depois de um ano e meio de análise, Perls encaminhou From para sua esposa, Laura, recém-chegada aos Estados Unidos, a quem From se refere como uma psicoterapeuta excelente e competente. Ele relata que, embora ela usasse o divã, sentava-se em frente ao paciente, era muito acolhedora e estabelecia contato direto.

Depois de passar 18 meses na Europa, por sugestão de Fritz e Laura, From tornou-se Gestalt-terapeuta; quando Perls mudou-se para a Califórnia, levou-o consigo. Perls ficou apenas um ano na Califórnia e, ao voltar para Nova York, deixou seus pacientes aos cuidados de From que lá permaneceu por mais um ano.

Quando o livro *Gestalt therapy* estava prestes a ser publicado, os autores o enviaram a From, que sugeriu que, na parte dos experimentos realizados por Hefferline com seus alunos, também fossem apresentados resultados que não tivessem sido tão bem-sucedidos, o que Hefferline não

aceitou.

Hefferline também fora paciente de Perls e, na condição de professor da Columbia University, aplicou os exercícios do *Gestalt therapy* a seus alunos, o que o tornou um dos coautores do livro, embora ele nunca tivesse efetivamente se engajado com a Gestalt-terapia. Hefferline era um behaviorista skinneriano que trabalhara com Keller, um dos pioneiros da psicologia experimental.

From teve importante participação no primeiro treinamento oferecido ao grupo de Cleveland e manteve, por 30 anos, em Nova York, grupos de estudo nos quais, com base em seus conhecimentos de fenomenologia, aprofundava os fundamentos da Gestalt-terapia. Desses grupos participaram Gestalt-terapeutas americanos e europeus, muitos dos quais são hoje nomes reconhecidos na abordagem: Jean Marie Robine (França), Marguerita Spannuolo Lobb (Itália), Bertram Mueller (Alemanha) e Michael Vincent Miller (Estados Unidos), entre outros.

Em 1968, no auge do movimento *hippie*, enquanto os Estados Unidos estavam em guerra no Vietnã e em todo mundo aconteciam movimentos políticos e culturais em busca da liberdade, Fritz tornou-se o "rei dos *hippies*", tendo sido objeto de uma matéria da *Life*, importante revista da época.

Se para Perls os vários elementos do sonho representavam uma projeção que deveria ser assimilada, From acreditava que poderiam ser também retroflexões das quais o paciente não se dá conta. Sonhos que o paciente tem nas noites anterior e posterior à sessão de terapia podem se referir a perturbações na fronteira de contato de paciente e terapeuta e indicar o caminho a ser explorado na terapia.

Além disso, dois outros aspectos são significativos na visão de Isadore From: primeiro, a concepção de que o narcisismo é uma retroflexão e as implicações clínicas disso; segundo, a ideia de que existe relação entre as interrupções de contato e a sequência do ciclo de contato.

DUAS CORRENTES E A DISSEMINAÇÃO PELO MUNDO

Nos Estados Unidos a Gestalt-terapia, quase desde seus primórdios, teve duas fortes correntes: a primeira, muito bem representada por Perls em seus *workshops* de demonstração nos anos 1960 e 1970; a segunda, mais restrita a Nova York – tendo se espalhado de lá para a Europa –, que se preocupava em aprofundar as bases teóricas e filosóficas da abordagem. Seus principais representantes foram Laura, que dirigia o Instituto de Gestalt de Nova York, Isadore From e Paul Goodman, responsável pelo eixo teórico do Instituto até sua morte, em 1972.

Nem sempre Perls concordava com as ideias do grupo de Nova York, e tendo desenvolvido um estilo próprio de trabalho na Califórnia. Foram seus alunos Jim Simkin, Gary Yontef, Bob Resnick e Claudio Naranjo, entre outros.

Observo que certa tendência por uma ou outra dessas duas correntes existe também na Europa e na América Latina, com alguns tentando integrá-las.

Foi a partir dos Estados Unidos que, na década de 1970, a Gestalt-terapia passou a ser conhecida na Europa e América Latina – em alguns lugares pela corrente de Perls e em outros pelo grupo ligado a Laura, Goodman e From.

Marty From – paciente de Perls com quem ele teve um relacionamento amoroso significativo – foi uma das pessoas que levaram a Gestalt-terapia à Inglaterra, assim como Isadore From, que manteve um grupo de estudos nesse país por seis meses.

Nos seus primórdios, o treinamento era bastante heterogêneo e na maior parte dos lugares ocorria principalmente com *workshops* vivenciais, com pouca ou nenhuma elaboração teórica, seguindo o modelo californiano de Perls. No entanto, com o passar do tempo, a influência do grupo nova-iorquino se fez notar na maior parte do mundo.

A partir da década de 1980, à luz do pós-modernismo, alguns Gestalt-terapeutas trocaram o modelo tradicional de ação do terapeuta *sobre* o paciente por outro no qual ambos são função do campo relacional, chamando-o de "Gestalt-terapia relacional". A inspiração foi a filosofia de Martin Buber. Fazem parte desse grupo Richard Hycner, Lynne Jacobs, Gary Yontef e Gordon Wheeler, além de muitos colegas brasileiros.

O modelo relacional suscita importantes questões no campo da ética, o que tem levado alguns Gestalt-terapeutas americanos e brasileiros contemporâneos a estudar Levinas – um dos mais brilhantes autores a tratar desse tema. Além disso, tem-se retomado o interesse pela fenomenologia e pelo pragmatismo americano de John Dewey, como método e fundamento para a Gestalt-terapia.

Atualmente existem Gestalt-terapeutas em quase todos os países do mundo, inclusive Austrália, Bósnia, China, Costa do Marfim, Emirados Árabes, Eslováquia, Índia, Japão, Líbano, Nova Zelândia, República Tcheca, Romênia, Rússia, Taiwan, Turquia etc.

EM TERRAS TUPINIQUINS

No Brasil a Gestalt-terapia começou a ser conhecida no início da década de 1970, anos difíceis e sombrios em virtude da ditadura militar e da repressão. Por sua concepção de homem e de mundo e por sua forma horizontal de relação, a Gestalt-terapia imediatamente suscitou o interesse de um grupo de psicólogos, que passou a estudar essa nova abordagem.

Falar da Gestalt-terapia no Brasil nos coloca diante de uma equação insolúvel: quanto mais nossa abordagem cresce, mais profissionais merecem ser citados e destacados. São tantos que, para não correr o risco da injustiça esquecendo alguém, prefiro não citar nomes – deixando claro, no entanto, meu reconhecimento ao trabalho e à dedicação dos colegas brasileiros na expansão e no aprofundamento de nossa abordagem.

Não foi difícil reconhecer a influência de Reich nos primeiros treinamentos em Gestalt-terapia no Brasil nos anos 1970. Bob Martin, nos seus *workshops*, fazia uma leitura das energias

corporais; dava atenção à respiração e ao uso da hiperventilação, semelhante ao que fazia Perls.

A primeira publicação da área em terras tupiniquins data de 1976, embora por motivos legais somente mais de 20 anos depois, em 1997, tenhamos conseguido traduzir para o português o mais importante livro da abordagem: *Gestalt-terapia*, de Perls, Hefferline e Goodman.

Atualmente, existem mais de 60 livros publicados, além de inúmeras revistas, artigos e capítulos em livros. Vale destacar também o número crescente de teses de mestrado e doutorado e de obras inteiramente brasileiras, como é o caso desta.

Jano



CRÉDITO: WIKIMEDIA COMMONS

A imagem do deus Jano, com a face do velho olhando para o passado e a face do novo olhando para o futuro, reflete o espírito deste livro. Que ele possa contribuir para o futuro como aqueles que criaram nosso passado!

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Barlow, A. R. “Gestalt-antecedent influence or historical accident”. *The Gestalt Journal*, v. IV, n. 2, 1981.

From, I. “Reflections on Gestalt therapy after thirty two years of practice: a requiem for Gestalt”. *The Gestalt Journal*, v. VII, n. 1, 1984.

Goldstein, K. *The organism: a holistic approach to biology derived from pathological data in man*. Prefácio de Oliver Sacks. Nova York: Zone Books, 1995.

Goodman, Paul. *Growing up absurd*. Nova York: Vintage, 1962.

Henle, M. “Gestalt psychology and Gestalt therapy”. *Journal of the History of the Behavioural Sciences*, n. 14, 1978, p. 23-32.

Knapp, T. “Ralph F. Hefferline: the other Gestalt therapist”. *The Gestalt Journal*, v. XX, n. 1, 1997.

Perls, F. (1945). *Ego, fome e agressão – Uma revisão da teoria e do método de Freud*. São Paulo: Summus, 2002.
Perls, F.; Hefferline, R.; Goodman, P. *Gestalt therapy: excitement and growth in the human personality*. 22. ed. Nova York: Dell, 1951. [Em português: *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997.]
Rosenfeld, E. "An oral history of Gestalt therapy – Part one: a conversation with Laura Perls". *The Gestalt Journal*, v. 2, 1982.
______. "An oral history of Gestalt therapy – Part two: a conversation with Isadore From". *The Gestalt Journal*, v. 2, 1982.
Sherril, R. E. "Gestalt therapy and Gestalt psychology". *The Gestalt Journal*, v. 9, n. 2, 1986.
Stoehr, T. *Here, now and next: Paul Goodman and the origins of Gestalt therapy*. São Francisco: Jossey-Bass, 1994.
Woodcock, G. *Os grandes escritos anarquistas*. Porto Alegre: L&PM, 1981.
Wulf, R. "The historical roots of Gestalt therapy". *The Gestalt Journal*, v. 21, n. 1, 1998.

1. Texto baseado em apresentação realizada no XIII Encontro Nacional de Gestalt-terapia e no X Congresso Nacional de Gestalt-terapia, realizado em São Pedro (SP) entre 7 e 10 de setembro de 2011.
2. A edição de 1995 dessa obra foi prefaciada pelo renomado neurologista Oliver Sacks (veja as Referências bibliográficas).

2
Fenomenologia e Gestalt-terapia

ARI REHFELD

FENOMENOLOGIA

“O filósofo é um funcionário da humanidade” (Merleau-Ponty, 1973, p. 17). Assim Husserl entendia o sentido de sua dedicação e de sua existência, pelas quais se destinou a definir e tornar conscientes as condições de uma humanidade e também buscar uma verdade comum que pudesse dar suporte às diversas ciências em seus caminhos de descoberta do mundo.

Nascido em 8 de abril de 1859 em Prosnitz, cidade pequena da Morávia (atualmente República Tcheca), Edmund Husserl vinha de uma família judia. Estudou astronomia em Leipzig e matemática em Berlim e, posteriormente, em Viena.

Em 1884, conheceu Franz Brentano e começou a frequentar seus cursos na Universidade de Viena, onde recebeu uma influência de tal magnitude que o fez mudar completamente de rota. A partir daí, dedicou-se a pensar a teoria do conhecimento e filosofia da ciência, buscando criar um método que pudesse fundamentar as ciências. Estas passavam por uma profunda crise, resultante da falta de prática, por parte dos cientistas, de colocar verdadeiramente em questão os objetos de seus estudos, sua metodologia e a ideia de rigor.

É preciso dizer que não há originalidade plena na construção de uma corrente ou abordagem filosófica. Todo pensamento é tributário aos que o antecederam. No entanto, o que faz um filósofo ser reconhecidamente importante é a introdução de uma perspectiva nova, às vezes um novo método, e sua dimensão pode ser avaliada pela repercussão de suas ideias e por seu efeito multiplicador, ou seja, pelos desdobramentos subsequentes. Nesse sentido, a obra de Husserl revolucionou todo o pensamento das ciências humanas do século XX – e da própria filosofia – até o presente.

Nas diversas áreas das ciências humanas, uma grande quantidade de pensadores, filósofos, sociólogos, antropólogos e psicólogos, cuja atividade vem marcando decisivamente a história do pensamento contemporâneo, menciona de modo inconteste a grande influência que receberam de Husserl. Entre eles podemos citar alguns representantes da psicologia da forma – Wertheimer, Köhler, Koffka, Goldstein e Lewin – e Jaspers – que antes de tornar-se filósofo publicou *Psicopatologia geral* (2002) no qual reconheceu a influência direta de Husserl –, além de

Binswanger, Minkowski, Lacan e pensadores como Sartre, Derrida, Deleuze, Foucault, Levinas entre tantos outros.

Depois da grande crise das ciências europeias ocorrida na segunda metade do século XIX, Husserl se encantou com as ideias de Brentano e partiu para a construção de uma tentativa de fundamentação das ciências, colocando em questão seus pressupostos, objetos de estudo e metodologias. Nesse caminhar, apresentou uma nova concepção de rigor, demonstrando de modo inequívoco que não se podia pensar em um método único, justamente pelo fato de não haver uma, mas várias ciências, cada uma com sua especificidade quanto ao seu objeto; ou seja, variando-se o objeto, variam-se também sua apreensão, seu método e sua metodologia.

O impacto maior dessa ideia será a demonstração de que as ciências humanas não podem ser medidas pelo rigor das ciências naturais. Mais ainda, que o método científico, natural – Husserl denominava naturalismo o ideal das ciências ditas exatas de construção de um método universal para todo pensamento sem questionar a fundo seus pressupostos – é ineficiente para as ciências do espírito e completamente ineficaz quando se trata da vivência humana.

Assim, o psicólogo não pode se subordinar de modo imediato às leis da lógica. Mostra também a insustentabilidade da *Weltanschaung*, visão de mundo ou concepção hegemônica de sua época – surgida no final do século XIX, início do século XX – de que à ciência caberiam a objetividade, a substancialidade e a exterioridade, restando à filosofia e à psicologia a subjetividade e a interioridade.

Tal concepção, advinda do positivismo, promoveu sua própria crise, à medida que descobriu ser inviável o conhecimento com pretensão à validade universal, provocando assim um ceticismo de enormes proporções.

Ao desvelar a tentativa husserliana de propor a fundação de uma nova ciência rigorosa com base na regionalidade de cada uma das ciências, construindo assim uma atitude nova que se desdobrará numa fundamentação das ciências humanas, percebemos a história do próprio Husserl, que se antecipa ao que em seguida acontece na Europa, movida substancialmente por sua própria influência.

Partindo de um ideal de origem positivista, que depois veio a criticar, e da ideia de rigor da matemática, Husserl procura, a princípio, pela *epoqué* (redução eidética e fenomenológica) chegar a um Eu e a um Objeto puros em suas propriedades essenciais, retirando todas as qualidades circunstanciais, ou acidentais, com o fim de, estando de posse de um Eu e de um Objeto puros, fundar uma nova teoria do conhecimento de modo sólido e inquestionável. Para isso, é imprescindível uma mudança radical de atitude: a redução fenomenológica ou *epoché* vai consistir em "pôr entre parênteses" a realidade do senso comum. Não se deve permanecer ao nível das impressões sensíveis, mas sim captar a "essência" ou o sentido das coisas. Por isso é que a intuição recebe o qualificativo de eidética, ou seja, é a "visão das essências".

Nessa jornada, Husserl descobre que as qualidades circunstanciais ou acidentais são

fundamentais, ou seja, que não há Objeto sem elas, que não há Eu sem o Mundo ou Mundo sem Eu, sendo portanto um constitutivo do outro. Assim, não se pode jamais pensar em um dos polos da relação em si mesmo. E, mais ainda, que precedente à reflexão de cada um deles há um pré-refletido, fundamento de qualquer interrogação.

Assim Husserl refez em sua trajetória o próprio caminho da "crise das ciências europeias" e foi além, ao descortinar a origem dessa crise – a ingenuidade do cientista que não filosofa acerca de sua atividade, objeto de estudo e metodologia – e procurar fundar um modo de chegar "às coisas mesmas" buscando prescindir das especulações, hipóteses e leis gerais para entrar em contato com a especificidade, a originalidade e a singularidade de cada fenômeno que se mostra.

Fenomenologia, no seu termo literal, significa "estudo dos fenômenos", isto é, daquilo que é dado à consciência. Consciência é muito mais do que apontavam até então a filosofia, a psicologia e principalmente o senso comum, que a viam como um lugar onde, de alguma maneira, se prende o conhecido. Husserl vê a consciência como uma síntese em fluxo que não tem nenhuma substancialidade, sendo mais uma dinâmica entre Sujeito e Objeto, onde todo ser recebe seu sentido e valor. Nada tem valor se não se apresentar como sentido, e nessa relação entre Conhecedor e Objeto a ser conhecido uma série de formas de apreensão de mundo, que não somente a razão ou o pensamento, se oferece a nós – tais como intuição, sensibilidade e também como pré-reflexivo.

A fenomenologia pretende explorar esses dados intuitivos – relação pré-reflexiva – diretamente, evitando estabelecer quaisquer hipóteses a seu respeito. Daí a noção de fenomenologia como recomeço, como retorno às coisas mesmas.

Uma das primeiras tarefas a que a fenomenologia se propõe é justamente a de elucidar "o reino das essências" segundo seus diversos domínios ou regiões; dito de outro modo, toda e qualquer ciência deverá ser precedida de uma análise fenomenológica visando estabelecer a essência do objeto de seu estudo antes de formular hipóteses ou leis.

A perspectiva fenomenológica constata o caráter intencional da consciência – esta é sempre consciência de alguma coisa. Existe aí a superação da dicotomia sujeito-objeto – a velha questão da teoria do conhecimento –, já que fora da correlação consciência-objeto não existiria nem um nem outro. *Noesis* (ato da consciência visando ao objeto) e *noema* (objeto visado pela consciência) são somente polos dessa correlação. Faz-se necessário ressaltar que a intuição e a percepção não são as únicas formas pelas quais a consciência se dirige aos objetos; a imaginação, a memória, os sentimentos, o sonho também são modalidades da consciência em sua atividade.

A fenomenologia, em seu desenvolvimento, não se satisfaz, portanto, com a estreiteza da concepção clássica da consciência, herdeira da psicologia tradicional, e concebe o homem essencialmente como ser no mundo. A consciência é, então, consciência no mundo e vincula-se a ele por meio do corpo. Com efeito, é pela mediação desse mesmo corpo que podemos nos relacionar com as coisas e com os outros seres humanos. A existência (*ek-sistere*, ser para fora)

só pode ser entendida tendo como base seu duplo enraizamento: no mundo e com o outro.

Toda consciência é absoluta. Dessa forma, existem apenas exterioridades. O introspeccionismo mostra-se assim uma especulação impossível. Todo objeto é imanente à consciência, inclusive a transcendência.

Método de aproximação e compreensão dos fenômenos, a fenomenologia exige uma nova atitude diante do conhecimento e da filosofia da ciência. Sua tarefa é elucidar não o mundo e a realidade tomados em si mesmos, mas as relações vividas e efetivas que se estabelecem, ao mesmo tempo necessária e livremente, entre homem e mundo.

Para Husserl não se pode conhecer jamais aquilo que se dá por si mesmo, a coisa em si. Se for necessário pressupor ou especular, não é mais fenomenologia. E, para que se faça realmente fenomenologia, é preciso suspender todo e qualquer posicionamento ontológico e toda "realidade empírica". Assim, tudo que for aparente, óbvio e preconcebido é colocado em questão.

FENOMENOLOGIA E GESTALT-TERAPIA

Como apreender um homem? Não o homem em geral nem o homem em si, mas aquele à sua frente, com toda a sua singularidade, unicidade e originalidade? Se formos olhá-lo do prisma de um *pré-conceito*, de uma *pré-reflexão*, de uma *pré-definição* ou de um diagnóstico prévio, não o enxergaremos em sua particularidade nem em sua complexidade, mas somente naquilo que já *pré-vimos*.

E como escapar dessas definições *a priori?* Colocando-as em questão, não aceitando o *pré-dado*, por mais óbvio que pareça. Ao questioná-las, imediatamente são postos em suspensão o senso comum, as estruturas prévias de interpretação e a tradição sedimentada.

Sair de uma posição prévia de visão, de uma rede referencial, para buscar uma nova compreensão já é um fazer fenomenológico e gestáltico.

Exemplo maior de tradição sedimentada é a palavra. Esta quase nunca é vista como uma expressão corporal. Na maioria das vezes, aparece com seu conteúdo fornecido pela rede referencial, de visão tradicional, segmentada. Evidentemente é possível escapar de uma leitura única e restrita do conteúdo de uma palavra, mas, mesmo com enorme esforço, quase sempre nos deixamos deslizar para o senso comum e perdemos a especificidade da fala deste que está à nossa frente.

Comparemos com a expressão de uma emoção: Merleau-Ponty (1973, p. 37) aponta-nos "a modificação em nossas relações com o mundo que ocorre quando renunciamos a uma ação ordenada, consciente dos vínculos de causalidade, e verdadeira, para passar a uma transformação imediata, mágica e fictícia da situação". Fictícia claramente tem como referência uma leitura factual e não fenomênica.

No interior da expressão vivida e emocional do paciente existe a possibilidade de uma

proximidade de maior densidade na apresentação de seu mundo. Já não estamos aqui falando "sobre" – modo de relação representacional de um elemento passado –, mas relacionando-nos, vívida e efetivamente, com todo o vigor que a presentificação da situação nos oferece como emoção. A partir daí ao refletirmos, já de posse da claridade de um novo olhar, muito mais próximo da "coisa mesma", como dizia Husserl, novas significações ou possibilidades emergem. Tal reflexão é muito mais do que a observação de um fato: há um esforço em compreender que é bem diferente da passividade de um sujeito ao contemplar sua vivência. Trata-se de um esforço em apreender a significação de sua experiência.

A compreensão é mais originária que a interpretação. Assim, toda intervenção, que não precisa nem deve ter a forma de uma interpretação – buscando evitar um encurtamento –, embora advenha de uma leitura interpretativa, só pode emergir num horizonte compreensivo. Toda interpretação já foi demarcada por um horizonte compreensivo.

Na fala sem uma expressão emocionada a história já é uma leitura encurtada. Quando o paciente a conta ao psicoterapeuta, já o fez a si mesmo inúmeras vezes.

Em seu início a Gestalt-terapia, ciente desse veio – a expressão emocional –, desenvolve uma grande quantidade de técnicas com a finalidade de facilitar a expressão. Mas, com o passar do tempo, percebe-se que tais técnicas induziam o paciente ao olhar prévio do terapeuta, ou seja, buscavam conduzi-lo para determinada percepção ou posição que o terapeuta já tinha. Com isso, incorria-se novamente no erro de induzir o paciente em sua expressão, perdendo-se assim sua singularidade e originalidade.

A Gestalt-terapia contemporânea tende, a partir de então, a valorizar o "experimento" em detrimento da técnica. Se esta última conduzia o paciente a um ponto em que o terapeuta já se encontrava, o experimento, por sua vez, não tem tal ponto, de modo que paciente e terapeuta caminham juntos em direção ao novo, novo para os dois.

O fundamento desse caminhar é que todo sofrimento – que em geral é o que leva o paciente à psicoterapia – é um encurtamento de seu mundo, de suas possibilidades. Ao buscar o novo, outras possibilidades aparecem, ampliando o mundo com novas significações e sentido, independentemente das escolhas feitas.

A base desse fundamento é a ideia de que, na fenomenologia, a consciência é "síntese em fluxo", é dinâmica e não tem substancialidade. Essa ideia, aparentemente simples, vai se confrontar com a atitude natural – o naturalismo –, em que a psicologia tende a ver o homem como "uma coisa entre coisas". A consciência é, na maioria das vezes, entendida como um fato, entificada e substancializada, transformando portanto o homem em "uma coisa entre coisas". Ao investigar fatos e relações entre fatos, a psicologia perde o homem. A fenomenologia, junto com a hermenêutica, resgatará esse homem descrevendo seu modo de ser, escapando de concepções religiosas, biológicas e até ontológicas prévias, indo ao encontro deste que está à sua frente.

Desencurtamento de mundo pode ser também chamado de ampliação de mundo, ampliação de

consciência, e um dos principais pilares do trabalho clínico – fenomenológico e gestáltico – é a *awareness*, essa consciência em fluxo em sua expressão correlata.

Nesse mesmo caminho a Gestalt-terapia, ao propiciar a expressão do fenômeno "que se mostra no que aparece", tem contribuído para a descrição desse modo de ser. Rigorosamente falando, então, podemos afirmar com tranquilidade que a Gestalt-terapia, em seu modo de ser mais originário, possibilita escapar desse naturalismo objetificante. Nada mais fenomenológico.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Jasper, Karl. *Investigações lógicas*. 6. ed. Tradução Zeliko Loparic e Andréa M.A.C. Loparic. São Paulo: Abril Cultural, 1985.
Merleau-Ponty, Maurice. *Ciências do homem e fenomenologia*. São Paulo: Saraiva, 1973.

3
O método fenomenológico em pesquisa gestáltica[3]

KARINA OKAJIMA FUKUMITSU

O presente capítulo tem como objetivo apresentar a pesquisa qualitativa embasada no modelo fenomenológico proposto por Edmund Husserl (1859-1938) e adaptado por Clark Moustakas (1994) como possibilidade de compreensão das vivências que utilizam a Gestalt-terapia como aporte em pesquisas.

Por epistemologia fenomenológica ressalta se que Edmund Husserl considerou a fenomenologia como a reflexão sobre o fenômeno, ou seja, a reflexão sobre aquilo que se mostra como se mostra. Assim, o estudo sobre teorias de conhecimento, ou epistemologia, pôde ser repensado por outro viés – o fenomenológico.

Sabadini, Sampaio e Köller (2009, p. 141) mencionam que, "na abordagem qualitativa, os pesquisadores procuram, a partir de observações e de análises abertas, descobrir as tendências e os processos que explicam o como e o porquê dos fenômenos".

Delimitar o objeto de estudo de qualquer pesquisa que se pretende realizar é uma das primeiras tarefas do pesquisador, bem como direcionar a maneira pela qual o estudo acontecerá. Dessa maneira, tanto o objetivo quanto o método devem ter congruência, e em um estudo fenomenológico o pesquisador pretenderá compreender, descrever e mostrar os fenômenos desvelados nas vivências. Keen (1979, p. 32) afirma:

> A psicologia fenomenológica tem de produzir interpretações sistemáticas em lugar das informais e causais, mas tem também de permanecer aberta ao acontecimento em sua estrutura e presença únicas. Evitando enquadrá-lo segundo alguma teoria que exclua outras perspectivas.

Isso posto, cabe ressaltar que, ao fazermos um estudo fenomenológico, precisamos saber que o conhecimento obtido nas entrevistas e no processo de análise dos depoimentos tem duração contextualizada e depende da situação que o colaborador experiencia naquele momento. Em outras palavras, o que cada entrevistado percebe naquele momento sobre determinada vivência pode ser diferente em outro momento de sua vida.

As ideias de Clark Moustakas derivam das concepções de Edmund Husserl, influenciado, por sua vez, principalmente por Wilhelm Dilthey – que preconizava que toda experiência está

originalmente relacionada com a consciência – e por Franz Brentano, estudioso da distinção entre fenômenos psíquicos, que comportam a intencionalidade da consciência, e fenômenos físicos. Moustakas tornou-se, nos Estados Unidos, um ícone do movimento humanista que utiliza o método fenomenológico e, embora no Brasil o método proposto por Giorgi (1985) seja o mais utilizado, considera-se que a adaptação de Clark Moustakas, em seu livro *Phenomenological research methods* (1994), oferece ao leitor informações mais claras sobre o manejo dos dados da pesquisa fenomenológica. Além disso, trata-se de proposta atual e, a meu ver, mais rica, pois inclui as sete condições preconizadas pelo existencialismo. São elas: temporalizar, espacializar, aspectos relacionados ao corpo, motivação, materialidade, relacionamento com o mundo próprio, relacionamento com outros e com as coisas circundantes.

Clark Moustakas, junto com Maslow e Goldstein, entre outros, é um dos pioneiros da psicologia humanista.

SOBRE A FENOMENOLOGIA

Fenomenologia é método, epistemologia e filosofia. Como vimos no Capítulo 2 deste livro, os estudos husserlianos buscam elucidar o real fundamento das representações científicas, lembrando que em 1900 realidade significava objetividade enquanto as representações científicas eram vistas como o próprio conhecimento. É o que revela Husserl (2000, p. 87): “O que a diferencia das ciências aprióricas objetivantes é o seu método e o seu objetivo. *A fenomenologia procede elucidando visualmente, determinando e distinguindo o sentido*. Compara, distingue, enlaça, põe em relação, separa em partes ou segrega momentos”.

Fenomenologia significa o estudo do conhecimento da maneira como conhecemos e pressupõe o retorno às coisas mesmas, à intuição originária ou voltar-se a um ato intencional. Como Ribeiro Jr. (1991, p. 24) aponta, “[...] a fenomenologia é ‘uma direção de nosso olhar se voltando das realidades experimentadas para o caráter de ser experimentadas’”.

Edmund Husserl dedica seus esforços a organizar uma proposta de investigação de conhecimento que almejava ampliar o caminho da verdade e questionar criticamente o psicologismo. Como salienta Bello (2000, p. 64-5),

> pela análise fenomenológica husserliana se aceita o método descritivo, intuitivo, que visa evidenciar essencialmente o sentido das questões e dos fatos, enfim, da *Sache* (‘coisa’) que é objeto da análise, e a *Sache* é a realidade: é neste ponto que se inicia a diferenciação a respeito de Husserl.

A palavra “fenomenologia” remete a duas expressões gregas: *phainómenon*, que faz referência aos acontecimentos celestes e significa aquilo que se mostra por si mesmo; e *logos*, que designa a proposição de se perceber algo e considera a compreensão do discurso a respeito daquilo que se mostra por si mesmo.

> Fenômeno é, pois, o aspecto do objeto patente imediatamente na consciência. Os aspectos não presentes à consciência integram o objeto. O fenômeno é o aparente, é a aparência. Mas, note bem! A aparência não no sentido de ilusão, como oposta à realidade, senão no sentido do *dado* à mera presença na mente, ao que Husserl chama de *consciência pura* de algo. (Ribeiro Jr., 1991, p. 23)

A fenomenologia surgiu na época em que as explicações eram oferecidas pela objetividade das ciências naturais, e sua preocupação vai ao encontro de uma realidade a fim de descrevê-la como experiência significativa até sua essência, ou seja, até o retorno às coisas mesmas. Para Bruns e Holanda (2003, p. 42), "a fenomenologia é um método de acesso à realidade concreta do mundo".

Matemático e estudioso de filosofia, Husserl argumentou que todo problema de conhecimento envolve reflexão; dessa maneira, retornar às coisas mesmas implica a busca das essências e sua relação com a intencionalidade da consciência. A palavra "intenção" designa uma referência, um fim a que se dirige. **É a direção; portanto, e**nvolve um processo de busca do *eidos* (essência) e, por esse motivo, não pode ser compreendida somente do ponto de vista ôntico (estudo daquilo que se mostra como se mostra), mas também do ponto de vista transcendental, representado na tabela a seguir.

Quando tudo começou: positivismo	**Quando tudo começou: fenomenologia**
Ôntico: "[...] diz respeito aos entes em sua existência própria" (Chaui, 1995, p. 238-9). Exemplo: Botânica.	Ontológico: "[...] diz respeito aos entes tomados como objetos de conhecimento" (Chaui, 1995, p. 238-9). Exemplo: *Daseinsanalyse*
Ocupação: ente. Ente: aquilo que é mas não existe ou qualquer coisa claramente definida.	Ocupação: ser do ente *Sein* – ser que existe e não apenas é (ente).

O interesse principal de Husserl era refletir sobre uma teoria do conhecimento que buscasse a verdade e, portanto, uma teoria radical e científica que considerasse a universalidade e a necessidade do conhecimento. Por esse motivo, é por meio do método fenomenológico que acontece a mudança dos modelos epistemológicos, o que, para muitos, representou um marco epistemológico e uma verdadeira revolução paradigmática da realidade científica, principalmente no que diz respeito à relação entre sujeito e objeto que estão intrinsecamente relacionados. Dessa maneira, a intencionalidade da consciência demarca a relação direta, imediata e sem distanciamento entre observador e observado.

> [...] *Objeto* não é sinônimo de *coisa*. O *objeto* é a coisa enquanto está presente à consciência. *Objeto* é tudo o que constitui término de um ato de consciência, enquanto é término do dito ato. Os objetos podem ser reais, como esta mesa que tenho à minha frente; fantásticos como o centauro; ou ideais como uma expressão matemática, a ideia de verdade, de desejo, de justiça etc. (Ribeiro Jr., 1991, p. 23)

Husserl argumentou que, se nossa consciência fosse definidora, fechada, a importante relação entre sujeito, objeto e as relações que estabelecem com o mundo poderia ser esquecida. Para ele, a consciência é aberta, ativa, criativa e intuitiva; por isso, quando percebemos o objeto, ele se torna imanente. Ou, como Ewald (2008, p. 151) menciona,

> [...] partindo da experiência é possível atingir o concreto, e o mundo da consciência, até então visto como algo basicamente vago, destituído de qualquer positividade, controle e possibilidade de previsão, sem qualquer fundamento empírico, no sentido reinante no período, torna-se acessível através dos atos intencionais da consciência e de seus modos de relação com o mundo.

A fenomenologia é considerada transcendência da investigação do conhecimento pois se preocupa em ir além do objeto existente com a finalidade de compreender o objeto percebido. Isto é, sabe-se que "todo comportamento considerado o mais insignificante é, na verdade, significativo quando explicitado e compreendido em sua experiência originária" (Capalbo, 2002, p. 19). O comportamento humano não é desprovido de significações, pois toda consciência é consciência de algo e todo ato é direcionado para um objeto.

O pesquisador deve, portanto, evitar a crença de que o objeto entra passivamente na consciência, devendo adotar uma atitude perceptiva a fim de promover a reflexão e mostrar que a consciência é uma atividade constituída por atos, tais como percepção, lembrança, imaginação, simbolização etc.

A fenomenologia preocupa-se mais com a investigação do conhecimento do que com o próprio teor filosófico. Como alertam Bruns e Holanda (2003, p. 42), "fazer 'filosofia fenomenológica' é uma coisa e fazer 'psicologia fenomenológica' é outra". Contudo, é necessário não esquecer a importância filosófica na construção do modelo epistemológico e da reflexão filosófica, cuja direção deriva ao próprio pensamento. Chaui (1995, p. 14) assinala: "A reflexão é o movimento pelo qual o pensamento volta-se para si mesmo, interrogando a si mesmo". Fundamentalmente, o que importa para a fenomenologia é compreender o processo intrínseco entre ato perceptivo e objeto percebido.

Todo fenômeno deve ser compreendido em seu contexto, seguindo a ampliação abrangente de que primeiramente é necessário que se desvele o fenômeno no campo perceptivo do sujeito e, em seguida, compreenda-se o campo perceptivo e sua relação com o mundo. Concomitantemente, a proposta de Husserl coloca as atividades do sujeito pensante em ligação direta com o mundo.

INSTRUMENTOS E PROCEDIMENTOS DE COLETA DOS DADOS DA PESQUISA

Convite aos participantes

O pesquisador deve entrar em contato com pessoas de sua rede de relacionamentos (amigos, familiares e alunos) para convidar possíveis colaboradores e divulgar seu projeto. Posteriormente, entrará em contato com os colaboradores e fará o convite da entrevista,

apresentando a pesquisa e seus objetivos, bem como solicitando o preenchimento do(s) termo(s) de consentimento. Nesse contato com os colaboradores, a entrevista será previamente agendada e realizada individualmente, em local e horário convenientes para o entrevistado. Cabe salientar que o entrevistado terá a liberdade de participar e de se retirar da pesquisa se achar apropriado.

Colaboradores e critérios de aceitação

O número de colaboradores não é previamente definido e dependerá do interesse em participar da pesquisa durante o período da coleta de dados. O participante deve estar disposto a compartilhar sua experiência. Nesse sentido, os critérios de exclusão dos colaboradores devem estar claros.

Questões éticas envolvidas e procedimentos adotados

A pesquisa é desenvolvida considerando-se os princípios éticos de que o pesquisador manterá privacidade, confidencialidade e sigilo dos dados do colaborador. Sendo assim, o entrevistado participa voluntariamente e pode retirar-se da pesquisa quando quiser sem que isso lhe traga qualquer prejuízo e/ou ônus.

Busca-se o mínimo de riscos, pois o método fenomenológico não se utiliza de nenhuma técnica invasiva ao corpo e não se pretende infligir sofrimento psicológico. No entanto, a entrevista poderia suscitar lembranças que, mesmo momentâneas, provocam sofrimento. Se for necessário, deve ser oferecido acolhimento ao colaborador da pesquisa.

As entrevistas

Os depoimentos são gravados com a anuência dos entrevistados. São realizados uma entrevista – para a coleta de depoimento, de aproximadamente três horas de duração – e dois contatos pessoalmente ou por *e-mail*: o primeiro para enviar a transcrição das entrevistas; o segundo, depois da análise dos dados, para compartilhar com o colaborador a compreensão do pesquisador.

No caso retratado aqui, tratou-se de entrevista aberta, de cerca de três horas de duração, para coleta do depoimento, utilizando-se a afirmação desencadeadora: "Compartilhe sua experiência de X". A entrevista inicia-se com base na apresentação do objetivo da pesquisa e o participante fala livremente. Só há intervenção, na forma de perguntas, quando é necessário aprofundar algumas questões, explorar ou esclarecer o que foi dito.

Dados da pesquisa

As entrevistas são transcritas e editadas. Dados relevantes são utilizados na pesquisa e as citações sem identificação ficam disponíveis para o público, bem como para ensino, publicação em periódicos, livros e/ou apresentações em encontros científicos. O colaborador tem garantia de privacidade durante toda a participação, e o sigilo de sua identidade é preservado em toda e

qualquer situação.

Benefícios para o colaborador, para a pesquisadora e relevância

Acredita-se principalmente nos benefícios que os participantes recebem ao compartilhar com o pesquisador suas vivências, ao receber acolhimento e experienciar a escuta do pesquisador.

A relevância dessa investigação contribui para a psicoterapia, bem como aprofunda e oferece temas para reflexão sobre as vivências, validando dados qualitativos sobre os fenômenos da vida. De modo específico, acredita-se que o estudo fenomenológico ajude a aprofundar outros estudos. Cientificamente, esse estudo constituiu um campo teórico e de pesquisa reconhecido em diversas áreas da psicologia e da saúde, podendo os dados obtidos ser utilizados posteriormente para instrumentalizar profissionais na compreensão das vivências humanas.

Análise intencional e compreensão dos depoimentos: a proposta de Moustakas para o método fenomenológico

O conteúdo foi organizado e analisado pelo método fenomenológico proposto por Clark Moustakas em seu livro *Phenomenological research methods* (1994). Ressalta-se que, ao utilizar o método fenomenológico, os resultados não são preditivos nem generalizáveis a situações que outros participantes possam experimentar.

Sobre a proposta de Moustakas (1994), Holanda (2006, p. 368-9) menciona que, "a partir do estudo desses elementos e de suas inter-relações, desenvolve-se uma teoria que torna o pesquisador apto a entender a natureza e o sentido de uma experiência para um grupo particular de pessoas num contexto particular".

A compreensão dos depoimentos apresenta a seguinte sequência:

1 Os depoimentos são transcritos mantendo-se a fala original do depoente. Os textos são numerados conforme a sequência das entrevistas, sendo o depoente também referido pelo número da sequência da entrevista, isto é, texto 1, colaborador 1 (C1). Após as entrevistas, agrupam-se os depoimentos transcritos. Cabe salientar que as interrupções e pausas durante as entrevistas não são incluídas no texto para facilitar a leitura.

2 A entrevista transcrita é enviada, por *e-mail* ou pessoalmente, ao colaborador, anexada ao seguinte texto: "Olá, (nome do(a) colaborador(a)). Conforme combinei com você, envio anexada sua entrevista transcrita. Iniciei o estudo fenomenológico e o enviarei posteriormente, para que possa verificar se consegui compreender sua experiência. Mais uma vez agradeço pela disponibilidade para ser colaborador(a) da minha pesquisa e por compartilhar sua vivência comigo. Um grande abraço. Nome do pesquisador(a)".

3 Ao distanciar-se dos dados por algum tempo, a fim de suspender preconceitos e juízos, o pesquisador exercita o procedimento proposto por Edmund Husserl: *epoché* – palavra grega da filosofia medieval que significa “cessação, estado de repouso mental pelo qual nada se afirma ou nega”. Em todo o processo da análise, o pesquisador deverá suspender conceitos prévios.

4 Redução fenomenológica: redução, aqui, significa voltar à coisa mesma. Lê-se cada texto a fim de identificar significados singulares. Para derivar os temas individuais, são assinalados, sublinhados e selecionados os temas mais representativos da vivência do entrevistado, considerando as repetições dos temas pelo menos duas vezes e os aspectos significativos para a questão da pesquisa. Ou seja, é preciso observar as categorias que se depreenderam do texto sem o *a priori*. A redução fenomenológica subdivide-se em: a) engajamento inicial; b) agrupamento – focalizar na experiência do fenômeno estudado e agrupar as repetições; c) delimitação – considerar o que se repete e delimitar o conteúdo; d) horizontalização – aproximar as palavras e afirmações que permanecem depois da delimitação; e) agrupamento das principais unidades de significados e dos temas – são as frases que representam o agrupamento dos temas.

O objetivo dessa fase é compreender o que é dito. Os depoimentos representam o conteúdo, a parte noemática, o objeto do ato, o “o quê”. Ao final da redução fenomenológica esperam-se:

- temas e descrições individuais dos depoimentos;
- compreensão das unidades de significados;
- composição das unidades de significados de todos os entrevistados (é apresentada após as entrevistas).

5 A adaptação de Clark Moustakas (1994, p. 99) começa na fase de variação eidética ou imaginativa. Assim, é preciso “considerar as estruturas universais que descrevam sentimentos e pensamentos ligados ao fenômeno, tais como a estrutura do tempo, espaço, relações com corpo, materialidade, causalidade, relacionamento com o mundo próprio ou com outros” (tradução nossa).

Variação eidética é a descrição/ampliação que visa à busca da essência. *Eidos* é a experiência que influencia a configuração do fenômeno e, segundo Moustakas (1994, p. 99), “começa na variação sistemática dos possíveis sentidos das estruturas universais latentes nas significações dos depoimentos”. Assim, Moustakas adota a visão existencialista, segundo a qual todo ser humano apresenta sete condições humanas ou sete estruturas universais. Devem-se procurar as afirmações que estão relacionadas aos aspectos estruturais dos depoimentos.

1. Temporalização: apresentação das experiências ligadas ao tempo. Por exemplo, quando o colaborador relata sentir-se atrasado em suas atividades ou revela a sensação de ter perdido tempo ao investir em uma relação amorosa.

2. Espacialização: apresentação da vivência do espaço. Por exemplo, quando o entrevistado menciona sentir-se sempre “um peixe fora d’água” em grupos.

3. Aspectos relacionados ao corpo: quando a entrevistada diz sentir que a dificuldade de cuidar do corpo provoca a necessidade de escondê-lo por “não se sentir mulher”, pois desde pequena precisou lidar com o fato de sua mãe ter cometido suicídio e por isso sente não ter tido referências femininas.

4. Motivação: apresentação da compreensão do fenômeno, justificando: a) por casualidade – a pessoa cometeu suicídio porque sofria de transtorno bipolar; b) assumindo a responsabilidade, culpando o outro ou fazendo autoacusações – o marido cometeu suicídio porque não aguentou a traição da esposa; c) por crença no destino – o depoente afirma que é seu destino passar pela experiência.

5. Materialidade: uso de figuras de linguagem que remetem à compreensão do que o depoente sente por meio de exemplos concretos. Expressão de algo concreto como se fosse abstrato. Por exemplo, quando o filho da pessoa que cometeu o suicídio destaca a marca psíquica dizendo “sentir-se como se tivesse sido marcado com ferro em brasa”.

6. Relacionamento com o mundo próprio: abarca a maneira como a pessoa se percebe. Por exemplo, quando o entrevistado se descreve como inseguro, solitário etc.

7. Relacionamento com outros e com o meio: apresenta a maneira como a pessoa interage com os outros e com os objetos. Por exemplo, quando a pessoa evita as relações interpessoais ou afirma que o cigarro é o seu “melhor companheiro”.

O objetivo dessa etapa é a apreensão das análises que representam o processo daquilo que aconteceu, *noesis*, o ato, a forma como se deu a experiência, o significado da experiência, a informação estrutural, o que não foi falado, o velado e o implícito. Segundo Flewelling (2008, p. 98-9, tradução nossa), “a variação imaginativa, porém, não é um processo sem estrutura, mas conduzido pelas estruturas existenciais universais do temporalizar, espacializar, corpo, materialidade, motivação e relacionamento com o mundo próprio e com outros”.

Finalizada a fase da variação imaginativa, podem-se esperar:

• Temas e descrições individuais das condições humanas.
• Compreensão das condições humanas.
• Composição das condições humanas de todos os entrevistados (apresentada após as entrevistas).

Cabe salientar que o pesquisador apresenta a compreensão das sete estruturas universais na análise intencional e a compreensão da entrevista de cada participante.

Nesse momento, outro contato (por *e-mail* ou pessoalmente) é realizado para que pesquisador e entrevistado compartilhem a compreensão desvelada, com base na articulação entre conteúdos textual e estrutural. O contato com o colaborador é necessário para validar o que foi captado pelo pesquisador. As perguntas norteadoras são direcionadas para verificar: “Consegui captar sua experiência? O que escrevi aqui é verdadeiro para você? Faz sentido para você?” A análise é enviada, por *e-mail*, ao(à) colaborador(a), anexada ao seguinte texto: “(Nome do(a) colaborador(a)), envio a análise que fiz do seu valioso depoimento. Por favor, verifique se concorda e se sente que foi visto(a) e compreendido(a) por mim. Aguardo seu *feedback*. Nome do(a) colaborador(a).”

Em seguida, o *feedback* do colaborador e a resposta da pesquisadora são acrescentados à análise. Depois, faz-se a síntese – composição das análises intencionais dos colaboradores na qual todas as compreensões foram integradas. Por último, na fase de *follow-up*, o pesquisador acompanha as eventuais ocorrências e necessidades dos colaboradores relacionadas aos possíveis sentimentos e pensamentos que emergirem nas entrevistas e depois delas.

A seguir, apresento parte de um exemplo[4] do manejo de dados da entrevista de um dos colaboradores. A análise intencional apresentou um resumo das principais unidades de significado e das condições humanas; posteriormente, ofereceu a compreensão geral do depoimento. As citações dos depoimentos foram apresentadas em itálico.

ANÁLISE DA ENTREVISTA 1
COLABORADOR 1
C1: 42 anos (2012)
Sexo: masculino
Idade quando o suicídio aconteceu: 17 anos (8/12/1986)
Pessoa que cometeu o suicídio: pai
Método do suicídio: choque elétrico
Local da entrevista: casa do colaborador
Tempo total de entrevista: 1h25
Análise enviada em: 13 de julho de 2012

Feedback **do colaborador:** 14 de julho de 2012

TEMAS E DESCRIÇÕES INDIVIDUAIS DO DEPOIMENTO

O primeiro colaborador é francês, psicólogo, professor de língua estrangeira, divorciado, sem filhos. Seus pais já estavam divorciados na época em que o suicídio do progenitor aconteceu. Tem um irmão (filho de seu pai) e um meio-irmão (filho de sua mãe com o segundo marido).

A palavra “culpa” surgiu repetidamente no depoimento. C1 considera a culpa um processo irracional e percebe que se encarregou das autoacusações. Menciona que os assuntos levados a sessões de psicoterapia circundam o suicídio de seu pai, destacando que a responsabilidade pelos filhos é dos pais. Imagina que o *modus operandi* do suicídio (choque elétrico) possa ter sido uma mensagem: como C1 cursava eletrotécnica e foi a última pessoa a ver o pai antes de morrer, acredita que talvez seu pai quisesse dizer que se lembrara dele na hora da morte. Seguem os recortes do depoimento que sustentam o tema.

- Embora eu tenha trabalhado muito essa questão da culpa durante esses anos todos, nunca parei para pensar muito se o meu pai podia ter me culpado no gesto. Eu me encarreguei de me culpar, mas nunca, nunca pensei que ele pudesse ter pensado isso [...]. Ah, eu não sei [olhos marejados].
- É claro que, racionalmente, vejo que eu não tenho culpa nenhuma; no entanto, me culpo. Mas se alguém ousar me culpar por isso reajo até com violência.
- Afinal de contas, eu não era maior de idade e se há algum responsável pelos filhos são os pais [sorriso].
- O gesto em si já é suficientemente doloroso. Mas, enfim, é um tanto quanto original, pelo menos como maneira de fazer; e de uma maneira que realmente dizia respeito ao que eu estava fazendo. Posso interpretar que simplesmente fui a última [pigarreia] pessoa a ter ficado com ele. Portanto, a conexão comigo era forte [...].
- Apesar de [o suicídio] ter acontecido há 15 anos, estou há 15 anos em terapia. Toco frequentemente no assunto do meu pai; falo do suicídio, falo da minha relação com ele, falo da culpa.
- O meu pai não me culpa. Não me culpou. Acredito. Toda minha família tentou me poupar.
- Não sei se foi mais uma coisa de sensação de escuta: lembrei de você quando fiz isso. Acho que a questão do abandono, eu ter abandonado, entre aspas, claro que ele sentiu, claro que ele deve ter sentido algo. Algum tipo de decepção, tristeza, alguma coisa, pelo fato de eu ter saído de casa.

ANÁLISE INTENCIONAL E COMPREENSÃO DA ENTREVISTA

C1 é uma das pessoas que mais influenciaram a realização da pesquisa; por esse motivo, convidei-o para ser o primeiro entrevistado. Conhecemo-nos desde fevereiro de 2004, quando fui sua professora, e a relação construída entre nós, ao longo desses anos, parece ter contribuído para um depoimento sensível, minucioso e cuidadoso. Assim, a entrevista pôde ser a escuta de um grito*: Olha o que eu passei! Olha a que sobrevivi! Olha de onde eu vim!*

Compartilhar seu processo de luto com abertura e disponibilidade parece ter proporcionado a C1 a oportunidade de *revisar, resumir, revisitar e redescobrir* sua história. Ele salientou a crença de *cura ao expressar o que sente*. Parece perceber a entrevista como momento de acolhimento pelo fato de alguém se interessar pelo que aconteceu com ele – interesse que não vê em outras pesquisas.

Quatro temas foram desvelados no processo de luto, em decorrência de seu pai ter cometido o suicídio. Foram eles: culpa; necessidade de salvar pessoas e interesse por histórias de sobreviventes; situações (*Gestalten*) inacabadas; intensidade de sentimentos.

C1 parece ter várias perguntas sem resposta e situações incompreendidas – o que serviu de alicerce para a presente análise. Segundo a Gestalt-terapia, aquilo que acontece ao humano torna-se parte dele, pela assimilação, ou se torna uma situação inacabada (*Gestalt* incompleta). Embora não compreenda o motivo real da morte do pai, C1 associa o suicídio ao transtorno bipolar. Assim, percepções sobre doença e suicídio se misturam; C1 entende o suicídio como *falta de opção* e como *se fosse uma ferida num lugar difícil de curar*. O suicídio é sempre uma história; assim, o entrevistado aponta que não foi o suicídio o fator precipitante, mas o processo como um todo.

Embora o suicídio do pai tenha sido transformador, visto que C1 tornou-se uma pessoa consciente, humana e sensível, ele destaca

a marca psíquica, dizendo que sente *como se tivesse sido marcado com ferro em brasa*. Um dado importante sobre a elaboração do luto é o fato de o entrevistado mencionar que até hoje os assuntos trabalhados em terapia estão diretamente relacionados ao pai. Aponta diferenças entre luto por acidente e por suicídio, indicando que este último é mais doloroso: *Perder alguém dessa maneira me parece muito mais pesado, é muito mais dolorido, é muito mais difícil de dar um sentido*. Há de se refletir sobre o fato de o suicídio ser um acontecimento trágico que provoca uma ferida profunda e, por esse motivo, ocupa um lugar preciso na existência do enlutado. Quem mata quem quando acontece o suicídio? O fato de ter um pai que se mata abre uma ferida difícil de cicatrizar – ou que talvez nunca cicatrize. De sua afirmação: *Faz sentido, racionalmente faz. Emocionalmente não faz. Como eu falei, eu procuro um jeito de ainda salvá-lo. De achar solução para isso,* várias questões surgem. São elas:

1 Seria possível encontrar um sentido para o suicídio?
2 Dá para dividir o sentido entre racional e emocional?
3 O que quer dizer racionalizar com sentido?
4 O que significa lidar com aspectos emocionais sem sentido?
5 Existe uma solução para sua fantasia de salvar o pai?
6 O suicídio poderia ser evitado? É possível ter o controle sobre a morte do outro?

O suicídio do pai parece ter influenciado a maneira de C1 se relacionar, principalmente com mulheres "salváveis" e com seus cães. Ele se percebe como cuidador, compreendendo que sua forma de se relacionar é expressa pela constante necessidade de salvar pessoas, em especial as mulheres que conheceu até o momento. Escolheu estudar psicologia, mas como estudar psicologia o ajudou em sua história?

É um sobrevivente e, por essa razão, demonstra interesse também por histórias de sobreviventes. Durante a entrevista, C1 tirou uma pulga do seu cachorro e até no ato de acariciar cuidou. O ponto convergente entre salvar e ajudar é que, em ambos, ele é o cuidador. Isso posto, cabe ressaltar a diferença entre cuidar, ajudar e salvar, pois ao cuidar C1 oscila entre ajudar e salvar.

Seu lado cuidador ficou evidente desde o momento em que a entrevista foi agendada, pois se preocupou tanto em disponibilizar uma vaga da garagem para que a pesquisadora pudesse estacionar o carro quanto em preparar uma mesa farta. Acrescenta que sua participação na entrevista não tinha relação com a necessidade de salvar a pesquisadora, mas com o fato de ser uma ótima oportunidade de rever a própria vida.

Parece ter se ajustado criativamente para lidar com o fato de não ter conseguido impedir a morte do pai, salvando-o. Concomitantemente, surgem as indagações: seria possível realmente salvar seu pai? Pode-se pensar que o ato de ajudar mulheres salváveis representa um manejo possível ou uma das maneiras de elaborar seu processo de luto? Como a salvação não aconteceu, o ato de ajudar parece provocar a sensação de poder fazer algo por alguém. Portanto, ajudar parece ter sido a maneira que C1 encontrou para se autorregular e para lidar com o sentimento fantasioso de querer a todo custo impedir a morte.

Ao relatar as brigas entre pai, mãe e irmão, nas quais não estava incluído, percebe que foi resguardado também por ser o caçula. Como recebeu esse cuidado, parece repetir aquilo que aprendeu: cuidar poupando os outros nos relacionamentos. Infere-se, pois, que transcendeu, querendo, além de proteger, cuidar do outro. Aquele que salva se torna conhecido, não se culpa, pois não abandona nem provoca tristezas e decepções. Ao salvar as pessoas, ele ocupa o espaço de salvador e passa a ter sentido na vida das pessoas.

Destaca-se o fato de ele não apresentar motivação para se relacionar com quem não pode salvar, pois alega que *não vê sentido*. Tais relacionamentos talvez o reconduzam ao lugar de impotência e daquele que não pôde salvar – inclusive naqueles que não desejava mais manter, como com sua ex-mulher.

Evita as relações interpessoais, dizendo que há um ano percebe seu isolamento, sinalizando solidão e medo de seguir os passos do pai. Mesmo que identifique o temor de repetir o isolamento do progenitor, salienta que prefere ficar com seus cachorros, que *se tornaram tudo para ele*. Os cães, *Mandela e Gandhi* – nomes de personalidades que fizeram sentido para a humanidade –, parecem amenizar sua solidão. C1 parece ver neles a possibilidade de se cuidar e cuida deles como gostaria que agissem com ele.

Começar o primeiro namoro duas semanas após a morte de seu pai e achar que este tenha se eletrocutado no momento em que cursava eletricidade revela a crença de que o método escolhido pelo pai pode ter sido uma mensagem para ele. O que significaria ter

sido a última pessoa que viu o pai? Significaria Mais amor? Mais culpa? Mais responsabilidades?

Sabendo que não é o fato que traumatiza, mas o processo como um todo, mostra as nuanças da intensidade das emoções ao mencionar dores, culpa, raiva, vergonha e dúvidas sobre o controle da própria vida. Como é possível ter raiva de quem já morreu? A raiva não teve espaço na relação entre pai e filho, e o rompimento do vínculo dos dois configurou-se antes da morte, pois toda a vivência anterior com seu pai parece ter sido mais marcante do que o impacto do suicídio. Nesse momento, a frase *Ele conseguiu finalmente*, quando soube da morte do pai, desvela o sentido de que, depois de tanto sofrimento provocado pelas várias brigas entre pai e mãe, irmão e mãe, tentativas prévias de suicídio e pelo transtorno bipolar, pôde experimentar alívio. Além disso, pode-se questionar se a má qualidade da relação entre pai e filho tornou mais difícil a elaboração do suicídio.

Depois de dizer *sempre havia um cuidado comigo*, C1 pede para interromper a entrevista e, ao voltar, retoma falando sobre o fato de seu pai o culpar. Atenta para o desvio do discurso, no qual parece ter modificado a direção dos sentimentos. Como “nem todo contato é saudável, nem toda fuga é doentia” (Perls, 1988, p. 35), C1 direcionou a energia para outro assunto.

Outro fato que o surpreendeu foi a crença de que as datas podem ser repetições, ou seja, parece acreditar em um traço familiar e em um destino no qual elas acontecem. Mesmo vivenciando uma *fase boa e de coisas produtivas,* o que virá depois será ruim. A passagem dos 39 para os 40 anos foi vivenciada com muita angústia, pois, além de sua ex-mulher ter recebido o diagnóstico de transtorno bipolar, teve receio de repetir o suicídio. Demonstra acreditar que as coincidências podem configurar o destino e entra em confluência com o pai, principalmente ao reconhecer a solidão e o fato de identificar seu isolamento acentuado há um ano. Reflete sobre o medo de ser igual ao pai, pois aprendemos com os modelos. No entanto, parece ter a fantasia do efeito imitativo de cometer também o suicídio, quando afirma ter plena consciência do dia que ultrapassaria o pai em termos de longevidade. Infere-se que a experiência tenha sido confirmatória para que percebesse que não é a mesma pessoa que seu pai foi. Há de se acreditar em transmissões e não em determinismos de comportamentos, mais especificamente, em efeitos imitativos. Dessa maneira, o fato de receber de seu pai o modelo de autodestruição não significa que ele fará, deverá ou precisará fazer o mesmo.

Afinal de contas, eu não era maior de idade e se há algum responsável pelos filhos são os pais sinaliza a crença de que os filhos aprendem e internalizam os conhecimentos oferecidos pelos pais. Aprendeu a se proteger das ameaças, reais e fantasiosas, antecipando, salvando e fumando. O ato de fumar oferece preenchimento e esvaziamento, principalmente em momentos em que depara com a solidão e a necessidade de se isolar. Surpreendeu-se por ter fumado apenas três cigarros ao contar sua história, dizendo que em outras situações teria fumado pelo menos dez cigarros ou mais.

C1 percebe seu pai como uma pessoa que queria seu bem, pois identifica alguns momentos em que ele cozinhava macarrão na manteiga e relembra que, mesmo em crise, conseguia controlar o tom de voz para falar mais gentilmente com ele. Se o pai não tivesse cuidado dele, haveria culpa?

Sua constante necessidade de salvar pessoas talvez seja a estratégia utilizada para lidar com a expiação da culpa por não ter salvado o pai. O depoente assinala a necessidade de lidar com as autoacusações pela morte do pai e, embora saiba que a culpa não seja algo racional, percebeu que seu pai nunca o culpara e que ele se encarregou de fazê-lo por si. C1 não associa o suicídio aos atos de covardia ou de coragem.

Embora seu berço seja a França, é no Brasil que tenta construir a vida. Ao final da entrevista, comentou que não consegue exercer a profissão de psicólogo na mesma proporção em que atua como professor de língua estrangeira e afirmou que precisa despender mais energia para seu papel de psicólogo. Levanta-se, então a possibilidade de essa dificuldade estar também relacionada ao fato de, como professor, não ter de cuidar de pessoas salváveis. Em contrapartida, ao constatar que a relação com sua ex-mulher *tinha se tornado muito destrutiva,* parece discriminar as relações de que deseja se aproximar e se distanciar e modifica a maneira padronizada e repetitiva de se relacionar com as pessoas ao seu redor.

Se, para a Gestalt-terapia, aprender significa viver experiências novas, pode-se considerar que C1 as teve e estas o auxiliaram na ressignificação de seus relacionamentos. Ao se divorciar, indica a necessidade de ocupar seus espaços e de cumprir a missão consigo mesmo e não mais com outros.

O entrevistado amadureceu e parece estar em processo de se salvar para ocupar um lugar no mundo, consciente de não ser responsável pela vida, pela doença e pelas escolhas de outrem, percebendo-se responsável por sua existência.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bello, A. A. *A fenomenologia do ser humano*. Bauru: Edusc, 2000.

Bruns, M. A. de T.; Holanda, A. F. (orgs.). *Psicologia e fenomenologia: reflexões e perspectivas*. Campinas: Alínea, 2003.

Capalbo, C. “Fenomenologia e ciência: Edmund Husserl e Maurice Merleau-Ponty”. In: Castro, D. S. P. de *et. al*. *Existência e saúde*. São Bernardo do Campo: Umesp, 2002.

Chaui, M. *Convite à filosofia*. São Paulo: Ática, 1995.

Ewald, A. “Fenomenologia e existencialismo: articulando nexos, costurando”. *Estudos e pesquisas em psicologia*, Rio de Janeiro, ano 8, n. 2, 2008, p. 149-65. Disponível em: <http://www.revispsi.uerj.br/v8n2/artigos/pdf/v8n2a02.pdf>. Acesso em: 21 jan. 2012.

Flewelling, R. “A different senescence: the experience of transcending the expectation of aging by individuals 80 years of age and older: a phenomenological investigation”. 2008. Degree (Doctor of Psychology) – Michigan School of Professional Psychology, Michigan, EUA, 2008.

Giorgi, A. *Phenomenology and psychological research*. Pittsburg: Duquesne University Press, 1985.

Holanda, A. “Questões sobre pesquisa qualitativa e pesquisa fenomenológica”. *Análise Psicológica*, n. 3, ano XXIV, 2006, p. 363-72.

Husserl, E. *A ideia da fenomenologia*. Lisboa: Edições 70, 2000.

Keen, E. *Introdução à psicologia fenomenológica*. Rio de Janeiro: Interamericana, 1979.

Moustakas, C. *Phenomenological research methods*. Thousand Oaks: Sage Publications, 1994.

Perls, F. S. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. 2 ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1988.

Ribeiro, Jr., J. *Fenomenologia*. São Paulo: Pancast, 1991.

Sabadini, A. A. Z. P.; Sampaio, M. I. C.; Koller, S. H. (orgs.). *Publicar em psicologia: um enfoque para a revista científica*. São Paulo: Associação Brasileira de Editores Científicos de Psicologia – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2009.

3. Texto baseado no capítulo sobre método fenomenológico da dissertação de doutorado de Karina Okajima Fukumitsu, intitulada *O processo de luto do filho da pessoa que cometeu suicídio*, defendida sob orientação da professora doutora Maria Julia Kovács no Programa de Pós-graduação em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano da Universidade de São Paulo em 2013.

4. Para fins editoriais, foram feitos alguns cortes nos temas (2) O cuidador: a necessidade de salvar pessoas e o interesse por histórias de sobreviventes; (3) Situações (*Gestalten*) inacabadas; e (4) Intensidade de sentimentos, sendo aqui apresentada a versão resumida da análise.

4
A face existencial da Gestalt-terapia

CLAUDIA LINS CARDOSO

O século 19 foi marcado pelo avanço tecnológico e pelo progresso da ciência, o que atribuiu extraordinário valor ao conceito de razão e ao método científico como formas de conhecimento legítimo tanto do mundo quanto do ser humano. Entretanto, na primeira metade do século 20, após duas guerras mundiais, a humanidade se vê mergulhada em sofrimento e desespero e diversos pensadores começam a duvidar de que o racionalismo defendido até então seria a única solução para os problemas e as tribulações atravessadas pela sociedade naquele período. É nesse contexto que o existencialismo surge e se desenvolve, especialmente na Europa Ocidental, por meio de reflexões sobre o homem e seu modo próprio de ser no mundo propostas por Sören Kierkegaard, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre e Martin Buber, entre outros.

A palavra "existência" deriva do latim *ex-sistere*, que significa surgir, exibir-se, movimento para fora, estar em tensão para adiante. Nesse sentido, o existencialismo pode ser entendido como um conjunto de doutrinas filosóficas cujo tema central é a existência humana em sua concepção individual e particular, tendo por objetivo compreender o homem como ser concreto nas suas circunstâncias e no seu viver, conforme se mostra na sua realidade. Cada pensador existencial aborda o ser humano partindo da valorização de uma questão particular do homem em sua relação com o mundo e consigo mesmo, mas todos eles têm algo em comum: a preocupação em compreender a existência humana.

O propósito do presente capítulo é apresentar os pressupostos do existencialismo que tiveram consideráveis repercussões na fundamentação antropológica (visão de homem), teórica e prática da Gestalt-terapia.

Na perspectiva existencial, o homem é concebido como um ser livre e responsável por construir a própria existência. Tal concepção foi sintetizada por Sartre (2012, p. 25) ao afirmar que "a existência precede a essência". Isso significa que o homem surge no mundo como um ser particular, sem a possibilidade de definição prévia, e somente depois poderá vir a ser. Portanto, ele não é como uma semente que traz em si características imutáveis, não podendo ser nada além do que está determinado no cerne de seu ser. Ao contrário, ele é entendido como um ser livre para escolher sua essência a cada instante, consumando, assim, seu projeto de vida e de ser no mundo. Ao fazê-lo, torna-se o único responsável por sua existência. Nascemos como seres de

possibilidades e escolhemos a todo instante, ao longo de toda a nossa existência, aquilo que queremos ser. Só existindo o ser humano poderá ser. Portanto, o homem é um ser de gerúndio, que designa ação, movimento, e não de particípio, que indica uma ação já finalizada: ele nunca é, mas sempre "está sendo".

Mais do que "ajustar-se", a condição humana está relacionada à responsabilidade de escolher. Mesmo quando não explicitamos ao mundo nossa opção ou deixamos que o outro decida por nós, ainda se trata de uma escolha (pela qual continuamos respondendo). Assim, o existencialismo opõe-se a toda concepção universal ou segmentada de homem que priorize qualquer característica humana em detrimento de outras, como a razão, por exemplo, defendida por pensadores da época.

Apesar de nossa condição existencial se caracterizar por um contexto que também nos impõe limitações físicas, sociais, espaciais e temporais, estas não nos determinam, pois cada um de nós é resultado daquilo que escolheu para si, incluindo o modo como lidamos com esse contexto. Isso pode ser ilustrado pela seguinte máxima sartreana: "O importante não é aquilo que fazem de nós, mas o que fazemos do que os outros fizeram de nós".

Entretanto, a liberdade não está apenas vinculada à escolha. Os existencialistas sustentam que o ser humano não pode ser concebido como uma substância, uma coisa pensante fechada em si e isolada. Ao contrário, ele é abertura para o mundo, e só se constitui como homem enquanto está em conexão com o mundo dando-lhe um sentido, o que sempre acontece por determinado tempo. Portanto, em última instância, ele não está conectado a nada em definitivo. Nesse sentido, o homem é liberdade, condição promotora da angústia. Esta, diferentemente do medo, não se refere a algo específico, sendo um sentimento originado no fato de o homem viver num mundo de possibilidades, sem qualquer garantia de realização, sucesso ou segurança. Antes, para os existencialistas, o homem é um ser para a morte. A angústia é, então, o sentimento conectado ao reconhecimento dessa condição (Heidegger, 2008).

Trata-se de uma concepção complexa e densa que Giles (1989, p. 19) descreve nas seguintes palavras:

> A angústia e o nada correspondem-se e equivalem-se exata e constantemente. [...] Na angústia, todo o sentido da existência cede lugar a uma dúvida universal sem esperança. O indivíduo deixa de ter um arrimo para apoiar-se. Lança-se na procura de alguma coisa para agarrar-se e só alcança o vácuo, vindo a sentir-se em poder da mais absoluta solidão e abandono. [...]. A angústia é a vertigem da própria liberdade.

Esses pressupostos do existencialismo se refletem de modo fundamental na teoria e na prática da Gestalt-terapia. Ao considerar o cliente um ser particular, consciente e responsável, livre para construir seu projeto existencial, a proposta do Gestalt-terapeuta é levá-lo a tomar conhecimento do seu projeto de vida e a assumir a responsabilidade pela direção do sentido de sua existência. Essa reflexão se dá sempre com base no próprio referencial da pessoa como ser em relação, em consonância com suas potencialidades e respeitando seus limites, facilitando a integração dos

diversos aspectos de si mesma e de sua ligação com o mundo.

Em termos práticos, isso significa que só se pode compreender o homem com base em seu modo de existir no aqui e agora, incluindo a sua forma de ser e de experienciar o mundo e as várias situações de sua vida. Com isso, de acordo com o pensamento existencial, a Gestalt-terapia concebe o homem como o melhor intérprete de si mesmo, de sua individualidade complexa e dinâmica, o que é possível mediante o princípio da presentificação da experiência (*awareness*), ou seja, no modo como seu passado e seu futuro são experienciados no aqui e agora (Perls, 1977 e 1988).

Nesse sentido, a Gestalt-terapia é uma abordagem existencial por ser uma proposta de reflexão sobre a existência humana, buscando auxiliar a pessoa a ampliar sua consciência de si no mundo (ou seja, sua *awareness*) a fim de capacitá-la a fazer escolhas autênticas e responsáveis e a organizar sua vida de maneira significativa para si. Sua prática é sustentada pela concepção de homem como ser no mundo em relação, num perene vir a ser, sempre aberto para consumar seu projeto existencial.

No entanto, a repercussão do existencialismo não se restringe à sua visão do ser humano. Para Yontef (1998), a Gestalt-terapia é existencial em dois sentidos: na concepção de ser humano, ao valorizar sua liberdade e responsabilidade pelas escolhas ao longo de sua existência, e também na ênfase sobre a relação.

A GESTALT-TERAPIA DIALÓGICA

Martin Buber foi um filósofo existencial que enfatizou a importância do inter-humano, do encontro, do diálogo e da relação na constituição do ser humano. Para ele, todo viver verdadeiro é encontro e o evento dialógico é o que ocorre na esfera do “entre”. Suas ideias influenciaram de modo intenso o pensamento de teóricos contemporâneos da abordagem gestáltica. Esses autores reconhecem a Gestalt-terapia como dialógica, ao considerar a relação terapêutica um encontro existencial constituinte do solo que sustentará todo o processo de experimentação e reconhecimento de si, conforme vivenciado pela pessoa em psicoterapia (Hycner e Jacobs, 1997; Yontef, 2002).

Hycner (1995) enfatiza a dimensão do “entre” como a categoria ontológica na qual ocorrem a aceitação e a confirmação dos dois polos envolvidos na relação. Desse modo, o homem é antropologicamente existente na qualidade da relação estabelecida com outro homem. É no evento do inter-humano que ocorre o encontro dialógico, caracterizado pela reciprocidade das partes que se relacionam, pela presença confirmadora da pessoa do outro, pela abertura para a totalidade do ser do outro que, de outra maneira, permaneceria desconhecida.

É essa conversação genuína que permite o tornar-se presente da pessoa. Afirma Buber (1982, p. 147):

> Tomar conhecimento íntimo de uma coisa ou de um ser significa, em geral, experienciá-lo como uma totalidade e, contudo, ao mesmo tempo, sem abstrações que o reduzam, experienciá-lo em toda a sua concretude. [...] O conhecimento íntimo só se torna possível quando me coloco de uma forma elementar em relação com o outro, portanto, quando ele se torna presença para mim.

Esses pressupostos do existencialismo dialógico têm repercussões diretas na teoria e na prática da Gestalt-terapia. Perls, Hefferline e Goodman (1997) referem-se ao "entre" como a "fronteira de contato", a fronteira na qual a pessoa e o ambiente se encontram e interagem. É aí que se dá o contato, decorrente das trocas com o meio que promovem o crescimento. Assim, contato implica relação, não apenas para o desenvolvimento das potencialidades humanas, mas também para a própria constituição de si mesmo, sendo a *awareness*, entendida como contato pleno, fundamental para o estabelecimento de uma relação autêntica.

Na prática, isso requer uma condição para que o cliente possa ser reconhecido em sua autenticidade. Trata-se de uma postura de abertura e de acolhimento à pessoa do cliente, esvaziando-se num primeiro momento de quaisquer *a priori*, utilizando para tanto o método fenomenológico (o qual será discutido em profundidade no capítulo referente à fenomenologia). Essa é a condição básica para que a pessoa do cliente possa ser reconhecida no seu constante vir a ser, como um fenômeno que se revela à pessoa do psicoterapeuta – fundando, então, o encontro dialógico.

Yontef (2002) enfatiza a dimensão relacional da Gestalt-terapia em sua fundamentação teórica e metodológica, sustentando, inclusive, que a perspectiva relacional é tão central na abordagem que, sem ela, não haveria a raiz coerente da teoria e da prática da Gestalt-terapia. Por conseguinte, o autor ressalta a postura do Gestalt-terapeuta em sua dimensão existencial, a qual deve respeitar os princípios básicos do diálogo: inclusão, confirmação, presença e "entrega ao entre".

A inclusão refere-se à postura de se colocar no lugar da pessoa, sem que o psicoterapeuta perca sua própria perspectiva. Como afirma Yontef (2002, p. 24): "Ao entrar em contato com o paciente desta forma e não objetivando mudá-lo, ao encontrá-lo sem tentar torná-lo diferente, ele é suportado em seu crescimento mediante a identificação com sua própria experiência". Essa postura encoraja a expressão da pessoa e a confirma em suas vivências.

O autor ressalta também que o diálogo implica a presença do psicoterapeuta como uma qualidade do encontro com a pessoa como um todo, o que requer abertura, compaixão, gentileza e humildade de sua parte. Isso está intrinsecamente ligado à postura de "entrega ao entre", quando psicoterapeuta e cliente entram em contato um com o outro, sem metas preestabelecidas pelo profissional. Essa presença autêntica e a confiança no contato estabelecido entre ambos fundada na *awareness* proporcionam à pessoa a experiência de uma relação promotora de crescimento, mediante a confirmação de si como ser no mundo, diferente das relações nas quais ela só é aceita ao adotar condutas preestabelecidas pelo outro, ou seja, ao desempenhar um *script*.

Indo ao encontro dessa vertente relacional da abordagem gestáltica, Yontef (2002) ressalta seu

caráter dialógico na utilização da metodologia terapêutica de cunho fenomenológico, considerando que o sentido brota da relação entre consciência e objeto. No âmbito da psicoterapia, a ênfase no diálogo, entendido como fenomenologia compartilhada, configura a relação terapeuta-cliente como uma modalidade interpessoal, mais do que meramente técnica.

Quando o psicoterapeuta assume uma postura receptiva e facilitadora da expressão dos modos de existir da pessoa do seu cliente, encorajando-o a perceber a diversidade do seu agir, do seu pensar e do seu sentir e a refletir sobre as novas perspectivas que se abrem, são criadas as condições necessárias para o crescimento pessoal. Trata-se da confirmação da totalidade da pessoa, atitude fundamental para que ela desenvolva um senso de segurança (autossuporte) e disponibilidade para relacionar-se. Ao contrário, quando a pessoa não experimenta a confirmação por parte daqueles que lhe são significativos, sua autoimagem e autoestima se enfraquecem e sua habilidade para entrar em relação fica comprometida.

Hycner e Jacobs (1997, p. 15) compartilham dessa importância de relações de confirmação e reciprocidade na formação da pessoa ao sustentar que "o paradoxo do espírito humano é que não sou completamente eu mesmo até que seja reconhecido em minha singularidade pelo outro – e esse outro precisa do meu reconhecimento a fim de se tornar completamente a pessoa única que ela é. *Somos inextricavelmente entrelaçados"*.

Trata-se de uma postura de respeito que facilita o encontro da pessoa consigo mesma, por meio da aceitação, do diálogo, da presença respeitosa e confirmadora do psicoterapeuta. Por outro lado, na situação psicoterápica, o estabelecimento da relação dialógica, promotora dos contatos necessários ao reconhecimento de si e ao desenvolvimento do autossuporte, pode ser sintetizado como cuidado.

A GESTALT-TERAPIA E A ARTE DE CUIDAR

Etimologicamente, a palavra "cuidado" deriva do latim *cura*. Boff (2008) ressalta também que *cura*, no latim mais antigo, era grafada como *coera* e utilizada em contextos de relações de amor e de amizade, numa alusão ao cuidado como uma ocorrência vinculada à importância que a existência da outra pessoa tem para aquele que cuida. Assim, cuidar é uma atitude que traz implicitamente o desprendimento de si e um voltar-se para o outro, numa relação de afetividade, de interesse genuíno e de atenção para com a pessoa de quem se cuida. Cuidar está intrinsecamente ligado à presença e à relação.

Quem cuida cuida de alguém ou de alguma coisa. No âmbito da psicoterapia, a concepção de cuidar está intimamente vinculada à fundamentação antropológica. Visões variadas do "ser de quem se cuida" apontarão diferentes caminhos do cuidado. Se a perspectiva que tenho da pessoa que por mim será cuidada é de alguém que sofre por apresentar comportamentos mal adaptados ao seu ambiente, cuidar implicará intervenções que facilitem a aprendizagem de novos

comportamentos, a fim de adaptá-la melhor ao meio. Por outro lado, se minha concepção de pessoa envolve a esfera do inconsciente e os conflitos das instâncias intrapsíquicas, cuidar envolverá o desenvolvimento de uma metodologia terapêutica com o objetivo de trazer à consciência a dinâmica e as variáveis de tais conflitos, o que facilitaria a resolução destes.

Na perspectiva das abordagens fenomenológico-existenciais, como a gestáltica, Heidegger é uma referência fundamental para a concepção de homem implícita na práxis psicoterápica. Preocupado em investigar o ontológico do ser, ou seja, visando conhecê-lo no sentido mais profundo de sua existência, o autor propõe que esta só pode ser compreendida pela análise do *Dasein* (do ser aí, lançado no mundo). Conforme explicitado anteriormente, o homem é concebido como um ser de possibilidades, ou seja, um ser que nasce com um feixe de potencialidades que podem ou não ser consumadas em função das relações que ele estabelece e das experiências que ele adquire ao longo da vida.

Outro aspecto da condição humana na perspectiva existencial com repercussões na Gestalt-terapia refere-se ao fato de o homem ser dotado de liberdade para fazer escolhas na vida pelas quais se torna responsável, ainda que limitadas por características de sua existência. Tem uma consciência intencional, para a qual só há uma consciência voltada para um objeto, o qual nunca é um objeto-em-si, mas sempre para uma consciência doadora de sentido. Assim, ele está fadado a um eterno vir-a-ser em busca de sentido. Portanto, uma das tarefas do psicoterapeuta é ajudar a pessoa a discriminar as facticidades (situações das quais não se tem nenhum controle) das escolhas que vêm fazendo ao longo de sua existência.

Em sua condição, o *Dasein* é constantemente lançado para além de si, para o aberto e para o desconhecido, e se orienta preocupado com sua existência. Michelazzo (1999, p. 128) compreende o *Dasein* como

> aquele que é sempre capaz de revelar um sentido para o homem que se encontra lançado e imerso num mundo de significados que se mostram em sua existência fáctica e cotidiana. [...] Esse modo do homem constantemente fazer, desfazer e refazer vínculos com aquilo que lhe é significativo é o que constitui essencialmente o “como” do seu estar aberto.

Ainda no que se refere ao *Dasein*, Michelazzo (1999) ressalta os três modos de ser no mundo propostos na obra *Ser e tempo*, de Heidegger: projeto, lançado e decaído. No modo *projeto*, o ser é um feixe de possibilidades que se mostram na medida em que se desdobra a presença do homem com seus semelhantes e no seu contexto, numa condição de autenticidade. Nesse caso, o homem é capaz de fazer escolhas coerentes com sua perspectiva, ou seja, há uma lógica entre seu pensamento, suas emoções e suas ações, sendo a vida dotada de um sentido. Como *lançado*, o ser depara também com impossibilidades e limitações as quais ele não escolheu ao ser jogado num mundo anterior à sua existência. Esse modo de ser no mundo refere-se àquelas características que lhe foram dadas no início da vida, sem possibilidade de escolha, como contexto socioeconômico, época e local do seu nascimento, cor de pele ou determinadas limitações físicas. Finalmente,

como *decaído*, o ser encontra-se num estado de existência inautêntica, caracterizada pela banalidade do cotidiano e pela superficialidade, na qual o homem se perde de si mesmo. Nesse modo peculiar de existir, o ser aí experimenta o vazio existencial, decorrente da falta de sentido da vida.

No cotidiano, esse vazio pode ser entendido pelos valores, referências e perspectivas que orientam a nossa vida e dão sustento à nossa frágil condição de ser no mundo. A necessidade de dar um sentido à vida é inerente a todo ser humano. Quando nos afastamos de nós mesmos, há uma perda na qualidade do nosso contato conosco e com o mundo e começamos a nos privar do sentido que norteia a nossa existência. A perda do sentido da vida caracteriza, então, o vazio existencial, o qual pode assumir uma diversidade de sintomas, tais como depressão, ansiedade, pânico e fobias, entre outros.

Perls (1988) ilustra essa inautenticidade como o modo do *shouldism*, traduzido livremente como “deveriaísmo”, ou seja, situações nas quais a pessoa se conecta com outras referências distintas das suas próprias e age como se fosse a expressão mais autêntica de si. É como se ela desempenhasse um *script* elaborado por outros e acreditasse tratar-se de uma situação autêntica, quando, na verdade, seu nível de insatisfação se eleva, pois suas necessidades mais básicas não podem ser satisfeitas nesse modo inautêntico de existir.

Na situação psicoterapêutica, em geral, o ser de quem se cuida é aquele que se encontra no modo de inautenticidade, é a pessoa cuja existência é malograda, alienada, reduzida à condição de objeto, aos sintomas, a partes fragmentadas que, por ser vistas isoladamente, perdem o sentido. São aqueles momentos descritos por Heidegger (2008) nos quais o homem, como ser no mundo, entra em decadência, ou seja, o estado de queda da existência humana, no qual ele se torna alheio de si e se entrega ao modo de ser impessoal e desconectado do si mesmo. Ou, nas palavras de Perls (1977), quando, nas situações em que pensamentos, sentimentos ou ações são inaceitáveis, e, na tentativa de negá-los, a pessoa se aliena de partes valiosas de si, restringe sua fronteira de contato com o mundo e se impede de ser autenticamente. É nessa forma de existir que ela se descuida.

Heidegger (1981) distingue dois modos de cuidar: um é aquele no qual o cuidador assume as escolhas pelo outro e guia, orienta, controla e se ocupa. O foco está no resultado que se espera que o outro alcance por meio do cuidado. O outro é uma postura de voltar-se para o outro e ajudá-lo a se reconhecer e a fazer escolhas próprias. Nesse caso, a ênfase do cuidado recai sobre a relação e a sua forma de estar no mundo.

Essa é, ou deveria ser, a maneira de cuidar do Gestalt-terapeuta. Como salienta Sapienza (2004, p. 56), o cuidado terapêutico “tem a ver com devolver, recuperar ou resgatar para aquilo que é cuidado algo que diz respeito a ele e, por algum motivo, foi perdido ou prejudicado”. Nesse sentido, cuidar consistiria em pensar o ser e o sentido da sua existência nas suas várias dimensões. Esse cuidado se faz necessário porque a existência é instável e frágil por natureza e,

por isso, o ser sofre.

Portanto, cuidar é fazer *com*, não fazer *por*. É uma proposta de capacitação, não de orientação. É oferecer o apoio necessário para que o outro se reconheça nas suas possibilidades e referências e se erga, fortalecendo seu senso de autossuporte.

A palavra “homem” tem a mesma etimologia da palavra “húmus”, que significa terra fértil. Sobre isso, Pompéia e Sapienza (2004, p. 28) dizem o seguinte:

> A peculiaridade da terra fértil é sua abertura para acolher a semente que cai sobre ela. Esse solo recolhe a semente para que o grão venha a ser. Pois a semente é sempre um “poder ser”, uma promessa daquilo que ainda não é, mas poderá ser e chegará a ser quando encontrar a terra fértil. Não será aquilo que a terra possa querer que ela seja, mas aquilo mesmo que ela, semente, já traz como poder ser.

Estar em relação com o outro a quem se quer ajudar é oferecer-se como terra fértil para que o outro floresça. E isso é parte do cuidado terapêutico, que requer presença, entendida como o encontro de pessoas que se abrem para o contato entre si, propiciando o fluir dos processos humanos.

Assim, cuidar não é técnica, é uma postura; é a arte de estar com, que reconhece a pessoa, funda o encontro e singulariza o saber e os recursos técnicos de que dispõe o psicoterapeuta-cuidador para auxiliar aquele de quem cuida. Por isso mesmo, requer habilidades interpessoais, como a capacidade de acolher, de escutar, de questionar, de dialogar e, com isso, convidar a pessoa a refletir sobre tudo que for importante para ela, de modo que seja possível compreender e ressignificar suas vivências. Sem tais habilidades, o relacionamento estabelecido entre o psicoterapeuta e o cliente configura-se pela impessoalidade e esterilidade, na contramão do que caracteriza a postura de cuidado.

O conhecimento teórico e as técnicas são fundamentais no ofício do psicoterapeuta. Porém, só atenderão aos objetivos da psicoterapia – concebida como uma oportunidade de reflexão, de busca e de compreensão do sentido da existência – se sustentados pelas habilidades necessárias ao verdadeiro encontro terapêutico. Portanto, na perspectiva da abordagem gestáltica, a técnica pela técnica não é válida por si só.

Cuidar envolve o reconhecimento do outro na sua singularidade e não como imagem e semelhança do terapeuta (ou do projeto que este, imbuído das melhores intenções, elaborou para seu cliente). Implica o despojamento de si e o disponibilizar-se para o outro, numa postura de atenção, de reconhecimento e de confirmação da pessoa de quem se cuida. Quem cuida precisa olhar a pessoa por inteiro, o que não condiz com reduzi-la a partes carentes, doentes ou ainda a classificações diagnósticas.

Quando me disponho a cuidar do outro como Gestalt-terapeuta, procuro encontrá-lo e encorajá-lo a ser por si, sem impor-lhe *scripts* ou exigir-lhe resultados, ajudando-o a reconhecer suas possibilidades, a respeitar suas fragilidades e a desvelar o sentido da sua existência. Com isso,

exercito a espera do jardineiro que cuida de seu canteiro, acompanhando o desabrochar das flores.

É a espera do inesperado, tão importante no nosso ofício de psicoterapeutas, no sentido atribuído por Rehfeld (2004, p. 8): "Se não souberes esperar, não encontrarás o inesperado. O inesperado presenteia quem sabe esperar. Somente quem sabe esperar acolhe. Quem não sabe esperar se des-espera". Ao que acrescento: quem não sabe esperar des-cuida. Assim, cuidar é respeitar o tempo e o ritmo do outro, tarefa tão difícil nesses dias de urgências e de exigências de resultados imediatos nos quais vivemos, cujos efeitos nefastos se dão especialmente quando essa pressa parte do psicoterapeuta.

Cuidar, então, é confirmar o íntimo, no sentido daquilo que é mais singular na pessoa, na contramão das aparências superficiais e vazias de sentido, tantas vezes supervalorizadas na nossa sociedade. É inspirar no outro a confiança necessária para que ele acredite em si mesmo e se reconheça como alguém digno, capaz e de valor. O cuidado terapêutico é, portanto, um exercício complexo e às vezes difícil, porque reside em ajudar o outro a crescer na sua diferença, o que esbarra nas convicções e crenças do psicoterapeuta, pondo-as à prova tanto como profissional quanto como pessoa. E abrir mão das próprias referências desequilibra quem precisa da ilusão das certezas e da eterna segurança.

Por todas essas considerações, o existencialismo reflete-se na postura do Gestalt-terapeuta não como um conjunto de técnicas, mas em seu interesse por compreender o modo como a pessoa experiencia a si mesma no mundo, seja em seus momentos de existência plena ou de crise. Dito dessa forma pode parecer simples, mas certamente exige do profissional uma atenção zelosa e inspiradora da confiança necessária para o encontro facilitador da expressão autêntica da pessoa do cliente.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Boff, L. *Saber cuidar: ética do humano – Compaixão pela terra*. 15. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

Buber, M. *Eu e tu*. São Paulo: Moraes, 1979.

______. *Do diálogo ao dialógico*. São Paulo: Perspectiva, 1982.

Giles, T. R. *História do existencialismo e da fenomenologia*. São Paulo: EPU, 1989.

Heidegger, M. *Todos nós... ninguém: um enfoque fenomenológico do social*. São Paulo: Moraes, 1981.

______. *Ser e tempo*. 3. ed. Petrópolis: Vozes, 2008.

Hycner, R. *De Pessoa a pessoa – Psicoterapia dialógica*. São Paulo: Summus, 1995.

Hycner, R.; Jacobs, L. *Relação e cura em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997.

Michelazzo, J. C. *Do um como princípio ao dois como unidade: Heidegger e a reconstrução ontológica do real*. São Paulo: Fapesp/Annablume, 1999.

Perls, F. *Abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro: Zahar, 1977.

_______. *Gestalt-terapia explicada*. São Paulo: Summus, 1988.

Perls, F.; Hefferline, R.; Goodman, P. *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997.

Pompéia, J. A.; Sapienza, B. T. *Na presença do sentido: uma aproximação fenomenológica a questões existenciais básicas*. São Paulo: Educ/Paulus, 2004.

Rehfeld, A. "Acerca das generosas curvas da espera". *Revista do X Encontro Goiano da Abordagem gestáltica*, v. 1, 2004, p. 7-8.

Sapienza, B. T. *Conversa sobre terapia*. São Paulo: Educ/Paulus, 2004.
Sartre, J. P. *O ser e o nada: ensaio de ontologia fenomenológica*. Petrópolis: Vozes, 2012.
Yontef, G. *Processo, diálogo e awareness: ensaios em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1998.
___________. "The relational attitude in Gestalt therapy theory and practice". *International Gestalt Journal*, v. 25, n. 1, 2002, p. 15-36.

5
A psicologia humanista e a abordagem gestáltica

MARISETE MALAGUTH MENDONÇA

Ao estudar a história da psicologia, percebemos que por muitos séculos essa disciplina esteve vinculada à filosofia. No final do século 19, os acadêmicos da época resolvem distanciar uma da outra, dando origem ao que se chamou de psicologia moderna, que hoje tem um campo conceitual e teórico próprio. Segundo Lima (2009), uma corrente da nova ciência se voltou para a fisiologia, tentando dar um cunho experimental e científico à disciplina; outra, de menor realce, se voltou para um entendimento mais sociológico das questões humanas, dedicando-se ao estudo dos grupos e tentando identificar seus padrões de funcionamento. O primeiro grupo, de maior influência na nova disciplina, concebia a psicologia como um ramo das ciências naturais e tomou como modelo os padrões da ciência médica, voltando-se para o entendimento e para propostas de cura dos desajustes de ordem psicológica. Esse modelo cientificista vigorou até meados do século passado, quando os desenvolvimentos tanto da psicanálise como do behaviorismo acadêmico eram muito tributários desse espírito e constituíam as duas forças mais relevantes dentro da psicologia da época.

Na década de 1960 surgiu, na psicologia americana, o movimento chamado de "terceira força em psicologia", reflexo do sentimento de descontentamento que predominava contra os aspectos mecanicistas e materialistas da cultura ocidental – os quais instruíam também a nossa profissão. Esse movimento visava humanizar a atividade psicológica sem se limitar a ser apenas mais uma revisão da teoria de outras abordagens, mas questionar algumas teses psicológicas da psicanálise e do behaviorismo, sistemas dominantes na época. Os psicólogos humanistas eram contrários a essas duas correntes por considerar que ambas concentravam-se apenas em partes do ser humano, desatentos à complexidade da pessoa pela ênfase nas partes (um, no comportamento observável; a outra, na dimensão inconsciente). Assim, afirma Holanda (1997, p. 16), "a psicologia humanista nasce, pois, da necessidade de ampliar a visão do homem, que se achava limitada e restrita a apenas alguns aspectos, a alguns elementos, segundo as perspectivas behaviorista e psicanalítica".

Tributária do pensamento holístico que também vicejava nessa década, a vertente humanista da psicologia afirmou ser a dimensão não consciente, assim como o comportamento observável, apenas uma perspectiva da realidade do homem, e não sua totalidade. A consideração pela dimensão consciente do homem retomou a questão da liberdade e do presente e foi muito

influenciada pela contribuição filosófica da fenomenologia e do existencialismo, que ganhavam vulto na época. Os humanistas também se opuseram às ideias da psicanálise pelo fato de Freud ter se baseado apenas em estudos de neuróticos e psicóticos, sem observar as possibilidades do indivíduo saudável. Para eles, quando se abria mão dos aspectos positivos do ser humano, focando apenas o lado obscuro da personalidade, a psicologia ignorava forças e potencialidades da pessoa que os humanistas se empenharam em recuperar em conceitos como tendência à autorrealização, *status* de homem consciente e – ao retomar a questão da liberdade como extensão conceitual – importância do momento presente. Seus maiores representantes foram Abraham Maslow, Clark Moustakas e Carl Rogers, entre outros.

Maslow é considerado o pai espiritual da psicologia humanista e foi quem mais contribuiu para incentivar o desenvolvimento dessa vertente e conferir-lhe certo grau de respeitabilidade acadêmica. Acreditava que todos os indivíduos tinham uma força inata que os conduzia à autorrealização, característica usada de forma ativa em todas as suas habilidades na aplicação plena do potencial.

Carl Rogers é mais conhecido por sua abordagem de psicoterapia chamada de abordagem centrada na pessoa. Ele também utilizou um conceito semelhante ao da autorrealização de Maslow; porém, diferentemente deste, as ideias de Rogers não resultaram do estudo de pessoas emocionalmente saudáveis, e sim da aplicação da terapia centrada nos seus pacientes. Sua experiência clínica o convenceu de que as pessoas seriam capazes de mudar pensamentos e comportamentos do indesejável para o desejável de forma consciente e racional, desde que encontrassem um campo propício, principalmente a aceitação incondicional pelo terapeuta. Rogers acreditava que a personalidade é constituída no presente, pela maneira como o indivíduo percebe as circunstâncias; assim, a qualidade da ambiência relacional terapêutica ganhou enorme importância.

Em resumo, o foco da psicanálise no inconsciente e seu determinismo e o foco na observação apenas do comportamento pelo behaviorismo foram as críticas mais fortes dos novos movimentos de psicologia surgidos em meados do século 20. É útil informar que a psicologia humanista não é uma escola de pensamento, mas um conjunto de diversas correntes teóricas que têm em comum a convergência humanizadora da abordagem do homem.

Por suas origens fenomenológico-existenciais e holísticas, a Gestalt-terapia, que se enquadra nessa abordagem, chegou ao Brasil somente no final dos anos 1960. O espírito de contracultura dessa época foi construindo práticas alternativas no âmbito psicológico, como o movimento do potencial humano, surgido nos Estados Unidos, e outras opções diferenciadas do *modus operandi* vigente. Essas alternativas – entre elas a Gestalt-terapia –, chamadas de terceira força em psicologia, já bebiam da fonte do existencialismo e do humanismo.

A visão fenomenológico-existencial traz um extenso modelo de ideias, em especial o valor do mundo vivido como fonte do conhecimento e da consciência e a concepção de ser humano como

detentor de liberdade de escolha, processo que acontece a cada momento. A volta à experiência presente e imediata, tão cara à Gestalt-terapia, tem também sua ancoragem no preceito fenomenológico de voltar às coisas mesmas – o que, no âmbito terapêutico, se refere ao vivido pelo cliente.

A Gestalt-terapia está especialmente associada ao humanismo pela sua visão holística do homem. Na prática terapêutica, é preciso entender o homem como um ser inteiro, embora, como diz a fenomenologia, ele se apresente por perfis. Acreditar que existe na pessoa um potencial que ultrapassa sua existência presente, que é o impulso para o crescimento, para o processo de atualização como um todo cada vez mais integrado, é a contrapartida psicológica do vir a ser existencial. Esse preceito positivo é o que move o esforço dessa abordagem. A autonomia do espírito humano, capaz de encontrar por si mesmo a melhor alternativa para suas dificuldades, é o ponto de encontro entre o humanismo e a Gestalt-terapia. Ambos veem o homem como possuidor de um valor positivo, capaz de se autogerir e de se autorregular sem a tutela de autoridade externa, inclusive a do terapeuta.

Contudo, notam-se na prática gestáltica atitudes que revelam alguns remanescentes do humanismo individualista antropocêntrico. O mal-entendido sobre o homem como centro de todas as coisas tem encontrado *aprovação* terapêutica em frases tais como “Vou cuidar de mim e o resto que se dane”, “Minha família não tem nada a ver com a drogadição do meu irmão, ele sempre foi difícil”, “É um problema meu e você não deve se preocupar”, “Não vou mudar minha atitude para ajudar ninguém, pois quem vai me ajudar?” Essas frases têm sua legitimidade na experiência presente do cliente e seu sentido atual deve ser compreendido *profundamente* pelo profissional. Nada de julgamentos apriorísticos na abordagem gestáltica. Julgamentos morais fechados à investigação do sentido são, a meu ver, a maior debilidade e a grande falência de uma escuta terapêutica. Não estamos nos referindo à desatenção pela compreensão do ponto de vista do cliente, atitude central para a fertilidade do encontro terapêutico. A apreensão do *não dito* naquilo que é dito é, segundo penso, a essência do fazer fenomenológico-dialógico humanista da Gestalt. Perceber que sob essa camada autocentrada existe uma aguda e dolorosa frustração da necessidade do encontro previne duplamente o terapeuta de ver de forma superficial e parcial o ser humano à sua frente e de apoiar padrões egocêntricos defensivos que, justamente por estarem nesse patamar, infelicitam a pessoa.

Não é propósito deste trabalho descrever a metodologia fenomenológica-dialógica da Gestalt. Porém, quero adiantar que essa posição, embora respeite como sagradas a experiência e a individualidade do cliente, jamais é conivente e reforçadora daquilo que aparece como individualismo autocentrado e vem trazendo infortúnio à existência da pessoa. A escuta não judicativa, curiosa, investigativa, sintonizada e confirmadora é a *awareness* fundamental exigida do terapeuta para promover a abertura do cliente às suas próprias possibilidades dialógicas, abrangentes e centradas na sua convivência inter-humana. A compreensão dos motivos geradores

da existência egocentrada do cliente é tributária da compaixão humana do terapeuta. Mas essa mesma compaixão vai se esforçar para que ele não fique aí.

Mesmo entre os profissionais nem sempre conseguimos escapar a esse antigo condicionamento individualista. Quando damos cursos ou fazemos supervisão na abordagem, vemos com frequência nossos terapeutas questionarem o cliente quando este traz à sessão suas preocupações com outros – filhos, cônjuges, parentes, amigos ou colegas. A pergunta quase automática é: “E você, como fica nisso? Você está olhando para os outros e não está olhando para as suas necessidades”. Ou: “Você está falando da sua filha. Não está falando de você!” Intervenções desse tipo incorrem em dois equívocos fundamentais relativos às bases teóricas e filosóficas da Gestalt-terapia: primeiro, desvinculam o Eu do Outro, contrariando a premissa radical da tese dialógica buberiana assumida pela abordagem e caindo num solipsismo ultrapassado por essa tese; segundo, ignoram um conhecimento básico da teoria organísmica ou holística gestáltica: a noção de que a preocupação do sujeito lhe pertence e tem sua razão de ser na totalidade mais ampla de suas motivações existenciais presentes, estando vinculadas a si mesmo e não alheias ao seu ser, como a questão sugere.

Esses simples exemplos me permitem ilustrar a subjacente atitude apoiada no humanismo que se tornou centrado em si mesmo e, portanto, individualista. Esse “humanismo” que pode orientar, embora com toda boa vontade e de forma não reflexiva, a conduta do terapeuta. O humanismo gestáltico deve se nortear pelas bases holísticas da sua gênese. Quase todas as disciplinas acadêmicas e filosofias nas quais espelhou sua construção teórica e metodológica são herdeiras do pensamento holístico, iniciado por Jan C. Smuts na obra *Holism and evolution* (1926), ou que com ele se afinam: a Gestalt-teoria, a teoria organísmica, a teoria de campo, a fenomenologia, o existencialismo heideggeriano e sartreano, a dialógica, o zen-budismo.

Contudo, no cenário atual da nossa consciência humana e social, vemos a necessidade de dar um passo adiante e ampliar o holismo da Gestalt, do seu papel clinicamente pragmático, para além da totalidade da pessoa, das fronteiras familiares e dos pequenos grupos. Devemos estender nosso olhar para a comunidade, como prenunciava Buber. E mesmo que nossa ação, como terapeutas e como clientes, aconteça no limitado terreno de nossa sessão, de nossas famílias, de nossas parcerias e de nosso grupo social ela se reveste de uma significação comunitária. Não é a dimensão do espaço em que atuamos que dá sentido à nossa ação. É a atitude para com as coisas do mundo que lhe confere o sinal de um ou outro modelo de homem e de humanidade. No nosso pequeno consultório, no humilde espaço do nosso lar, no curto trajeto para o trabalho, no pequeno parque de nossa cidadezinha habita toda a humanidade nas pessoas e espécies viventes, que se apresentam como concretude cotidiana do mesmo espírito gerado da Terra.

Creio que, no âmbito da clínica psicoterápica, a ética humanista ou consideração pela dignidade humana se norteia por *dois vetores*:

1. **A reverência fenomenológica do terapeuta pela experiência do cliente, seja ela qual for**; o encantamento com aquilo que é, abrindo mão da arrogância cientificista de alterar "a natureza" das coisas do espírito, acreditando firmemente que aquilo que está sendo é o que tem de ser. E o que ainda *está sendo*, o que *tem de ser*, ao defrontar-se no encontro no qual tem permissão para ser, não é aquilo que já é, como somos tentados a pensar, mas entre as várias possibilidades de sua plenitude, da sua totalização, *uma possibilidade resulta do encontro criador* do inter-humano terapeuta/cliente. Porque o que tem de ser, o que está exigindo ser, não é a essência ou forma prévia da vivência interrompida, mas possibilidades expressivas ou de manifestação da vivência que, no encontro terapêutico, no momento criador do "entre", se atualizam pela mobilização energética dos parceiros. Entre os dois atores, fundem-se a *natureza específica da vivência* e a *natureza do encontro*. Enquanto a primeira determina suas várias possibilidades de completar-se ou as várias possibilidades de perspectiva que a vivência pode ter da realidade, a *natureza do encontro* direciona para uma das *awareness* possíveis. Quando o encontro é permissivo e sintônico com a meta teleológica do ser do cliente, a possibilidade de completude na direção do crescimento e evolução do ser é aquela que será realizada.

Essa crença humanista do profissional no poder do "entre dois" no fazer terapêutico é indispensável para a permissão e o encorajamento para que emirja aquilo que *está sendo*, e para que aquilo que é solitário ou parcial se torne conjugado ou inteiro na parceria... e só assim possa aparecer como realidade fenomênica psicológica em uma das suas possibilidades. Talvez na melhor das suas possibilidades.

2. **A preocupação do terapeuta com a comunidade próxima do cliente**. A compreensão da experiência vivida pode se tornar inadvertidamente a aprovação de uma existência autocentrada. Caminhamos, como temia e alertava Buber, por uma "vereda estreita", e o risco de cair no despenhadeiro do individualismo terapêutico nos ronda a cada passo! A ética humanista, herdeira também do existencialismo, nos atribui a condição de *ser com*. Se essa é uma determinação ontológica, alienarmo-nos dela é sofrer a queda no modo de ser inautêntico, portanto deficitário. Assim, a ética humanista da sua abordagem obriga o terapeuta gestáltico a ultrapassar a tarefa inicial e essencial de compreender o cliente e suas razões.

A profunda empatia e a compaixão para com a dor e a situação da pessoa, condição necessária ao espírito humanista do terapeuta, quando autenticamente sentidas e não meramente funcionais, compõem um modelo humano poderoso, que tende a promover no cliente um novo olhar para o outro, ampliando nessa pessoa, pela sua e pela nossa semelhança com a condição humana comum,

o despertar da sua empatia e da compreensão dos seus parceiros humanos. E quando me refiro à compreensão entre os pares não estou prescrevendo a conivência com atitudes abusivas ou aviltantes da dignidade própria. Ser consciente é saber distinguir entre a limitação psicológica atual do outro e a atitude intencionada de prejudicar, utilizar ou ignorar os demais pelo individualismo egoísta de poder ou de sucesso, tão vigente nas nossas instituições.

A empatia a que me refiro assemelha-se à inclusão da dialógica buberiana. Considero-a a mais poderosa via de acesso ao conhecimento do homem. Nenhum contato racional, por mais disciplinado que seja seu método de observação, por mais refinados seus postulados teóricos ou requintados seus instrumentos investigativos, pode prescindir da empatia para ter um conhecimento real do outro. A empatia, vista como inclusão, é um conhecimento imediato, sem nenhum tipo de mediação, no qual o estado vivido por alguém é imaginado e sentido no próprio corpo do observador, de maneira tal que a evidência do que está se passando no mundo subjetivo do outro é apreendida ao vivo, como jamais poderá ser pelo processo de apreensão intelectual.

Quanto ao projeto terapêutico que, a meu ver, pode ser reputado como genuinamente humanista, deve também ser guiado pelo propósito de promover *duas dimensões da cura existencial:*

- a permissão, dada pela pessoa do cliente, de *deixar ser aquilo que está sendo.* Na nomenclatura gestáltica, é permitir que emirjam as *Gestalten* que estão sendo interrompidas, não no sentido do pragmatismo imediato de fazer algo com aquilo que emergiu, mas no sentido dado pela nossa visão de *awareness*, como um processo vivencial da consciência em que é alterada a visão de si mesmo e do mundo próprio, na direção de uma das perspectivas possíveis de ajustamento criativo à realidade. A Gestalt que emerge é atualizada e transformada no encontro terapêutico;
- o acesso do cliente à capacidade de estabelecer *relações de intimidade – ou dialogais* – no espaço próximo da convivência. A primeira dimensão evolui necessariamente para a segunda, desde que não tenha sido uma simples simulação. Todos os nossos autores afirmam a *awareness* como uma experiência transformadora. E ambas só podem ser conseguidas na tarefa terapêutica da nossa abordagem se for criada entre nós e nosso cliente uma autêntica relação de sintonia e intimidade, ou seja, o “entre” dialógico.

Nesse particular, Messa (2009) contribui com uma conceituação muito útil para nosso argumento. Considerando que o processo da relação pais-filhos exige o estabelecimento da intimidade, ele esclarece que a intimidade entre estes e os parceiros em geral não é uma ocorrência necessária, e sim uma possibilidade. Acentua também que uma relação de grande intimidade convive em perfeita harmonia com a individualidade, mas essa intimidade entra em oposição franca com o individualismo. Queremos ser ainda mais incisivos, acreditando que a natureza do relacionamento íntimo é justamente aquela que promove o respeito e a apreciação

pela individualidade do outro. É indubitável, em contrapartida, que a intimidade é inteiramente antagônica ao individualismo, não podendo coexistir com essa atitude, já que, por definição, ele é solitário e fechado ao outro, enquanto intimidade significa essencialmente conceder abertura e *com-partilhar,* isto é, *tomar parte* e deixar o *outro tomar parte* naquilo que está no mais oculto e íntimo da pessoa.

O nosso humanismo é, ainda, aquele que preserva a dignidade do paciente numa ação terapêutica isenta de todo uso ou exploração da sua pessoa – a exploração se dá até mesmo quando o bajulamos em vista de nossos interesses mercantis ou psicológicos. O respeito humanista à sua dignidade aparece ainda no nosso esforço para que ele alcance o máximo de suas possibilidades humanas, que são inseparáveis da consciência da sua interdependência socioambiental e, como corolário, da *awareness* ampliada do seu compromisso com a construção, em cada atitude cotidiana, de uma humanidade mais comprometida que o padrão, considerado normal, de humanos individualistas, artificialmente isolados das suas raízes e de seu compromisso com outros humanos e com a natureza.

Nesse esforço de ampliar a consciência das possibilidades de ser com, vemos uma vertente da poética humanista da Gestalt, de natureza similar ao valor desempenhado pela criação artística, conforme Ricoeur (1977, p. 57): “Pela ficção, pela poesia, abrem-se novas possibilidades de ser no mundo na realidade cotidiana. Ficção e poesia visam ao ser, *não mais sob o modo de ser dado*, mas sob a maneira do *poder ser*”.

Buber (1982, p. 44) assegura:

> Não apenas as pessoas nos falam, mas também os eventos do mundo nos falam [...] Os eventos são palavras a mim dirigidas [...] Somente quando os *esterilizo* eliminando neles o germe da palavra dirigida é que posso compreender aquilo que me acontece como uma parte dos eventos do mundo que não me dizem respeito.

Vemos ainda a poética humanista gestáltica em outra vertente clínica, quando ante o apelo do “incurável” abrimos mão das certezas para operar com a esperança... É também por meio dessa poética que, ao encontrar o outro à sua frente, não se pergunta como fazer para tratá-lo, e sim como recebê-lo sem rótulos, como escutar a voz do seu silêncio, como reconhecer nele a mesma humanidade que me atormenta, me eleva e me permite seguir confiante na evidência da nossa identidade... Porém, quando diante do sobressalto inesperado da sua singularidade, essa mesma poética faz que se calem e se recolham todas as vozes da minha ciência, na escuta reverente do mistério que se anuncia. Assim meu testemunho privilegiado levará à construção de um saber visceralmente enraizado no fenômeno humano.

O HUMANISMO

Em virtude da constante confusão entre humanismo e psicologia humanista, e por serem teorias

diferentes, apresenta-se, a seguir, uma sinopse sobre o humanismo, seu histórico e algumas definições.

De forma genérica, a expressão “humanismo” pode ser definida como um conjunto de princípios que estabelecem a valorização e a dignidade inerentes à pessoa, independentemente de qual seja a sua condição atual no mundo, prescrevendo que cada homem deve ser tratado por qualquer outro homem e por todas as instituições sociais sob a regência de valores morais como respeito, justiça, honra, amor, liberdade, solidariedade etc.

Embora tenha antecedentes nos filósofos gregos antigos, o humanismo como doutrina é algo recente. Esse movimento foi iniciado no século 15, com o interesse dos sábios do Renascimento pelos textos da Antiguidade Clássica (em latim e grego) e em oposição à escolástica medieval, cujos dogmas religiosos eram dominantes. Somente no Renascimento, ante a insustentabilidade da cultura teológica medieval, o desenvolvimento da consciência humana se revela na arte, na música, na literatura, na filosofia. Com o florescimento das grandes navegações, a alternativa humanista foi exposta publicamente como contrapartida a uma existência centrada nos dogmatismos da visão religiosa. Também promoveu o crescimento científico, com o nascimento do *método empírico*, que foi fundamental para dar credibilidade à ciência (Duarte, 2001).

Assim se pronuncia Nogare (1985, p. 63) sobre o caráter central da consciência da época:

> Os homens da Renascença, mais que os de qualquer outra época passada, tomaram consciência de que o homem não é um simples expectador do universo, mas que o pode modificar, melhorar, recriar. Foi esse aspecto criativo do homem que empolgou os humanistas e fez com que começasse a ser modificada profundamente a avaliação do engajamento terreno e das atividades temporais, antes subestimadas em comparação com a ascese e o isolamento.

Podem ser identificados os seguintes tipos dessa doutrina:

1. O **humanismo greco-latino** (Grécia e Roma) colocou o homem como o centro de todas as coisas. Revelou-se principalmente na filosofia e nas artes plásticas.

2. O **humanismo renascentista**, também chamado de **humanismo clássico**, nos séculos 15 e 16, caracteriza-se justamente pelo resgate da dignidade humana presente nos valores humanistas da cultura greco-romana e abandonados na Idade Média. Assumiu a forma de *antropocentrismo* (o homem é o centro de tudo), que norteou o desenvolvimento intelectual e artístico dessa fase e das seguintes no mundo ocidental.

3. O **humanismo iluminista** foi um movimento cultural de intelectuais europeus do século 17 que buscava realçar a razão para transformar a sociedade.

4. O **humanismo positivista**, que se desenvolveu na segunda metade do século 19, valorizava o pensamento científico, destacando-o como única forma de progresso. Teve em Auguste

Comte seu principal idealizador.

5 O **humanismo contemporâneo** está dividido em diversas vertentes:

• O **humanismo marxista** é baseado nos manuscritos da juventude de Marx, nos quais ele critica o idealismo hegeliano que coloca o homem como ser espiritual. Para Marx, o homem é antes de tudo um ser natural e histórico, manifestando-se sua consciência histórica como saber da sua condição de ser histórico.

• O **humanismo cristão** desenvolveu-se principalmente no norte da Europa, centralizado na figura de Erasmo de Roterdã. Segundo essa vertente, o cristianismo deveria centrar-se na leitura do Evangelho, no exemplo da vida de Cristo, no amor desprendido, na simplicidade da fé e na reflexão interior.

• O **humanismo existencialista** tornou-se popular nos anos posteriores às duas guerras mundiais, reafirmando a importância da liberdade e da individualidade humana, e considerando o homem como construtor do seu próprio projeto de vida.

• O **humanismo secular**, também conhecido por **humanismo laico**, desenvolvido nos últimos 40 anos, assume uma posição mais racionalista e empirista e menos espiritual que o cristão. Seus adeptos têm, como os demais, preocupação com a ética e afirmam a dignidade do ser humano, recusando, porém, explicações transcendentais e preferindo a racionalidade.

• Nogare (1985) ainda nos fala de um **humanismo ético-sociológico, que visa se tornar um modo de convivência social.**

O humanismo afirmava assim, desde o início, a autonomia do espírito humano. Tomando o homem como valor em si mesmo, essa corrente filosófica foi se empenhando para que a razão substituísse gradativamente as crenças religiosas na tentativa de compreender a realidade.

O Iluminismo do século 17 é referência histórica muito importante porque o racionalismo próprio da cultura moderna encontra o seu principal ponto de ancoragem nesse movimento. Sob sua tutela, artistas, cientistas e filósofos puderam finalmente envolver-se no que se tornou conhecido como o movimento do “livre-pensamento” ou “livre-pensador”. Iniciado no século 19 na América do Norte e na Europa Ocidental, tornou possível para o cidadão comum a rejeição da fé cega e da superstição sem o risco de perseguição.

Diante do exposto até então podemos, em acordo com Andrade (2000), identificar o humanismo ocidental contemporâneo como expressivo de três princípios:

1 O homem visto como o *centro no mundo*, cuja raiz encontra-se na célebre proposição de Protágoras: “O homem é a medida de todas as coisas”.

2. A *exaltação da razão* como atributo maior e exclusivo do homem.

3. O *homem pensado como fim* e nunca como meio ou como instrumento, sendo tomado como valor absoluto.

A despeito da importante diversidade contemporânea, a nosso ver, dos três princípios enunciados, o terceiro nos parece ser o *elo* entre todas as formas de humanismo.

O humanismo antropocêntrico: a matriz moderna do individualismo

O pensamento humanista foi, ao lado das descobertas científicas do século 17, extremamente importante ao libertar o homem das amarras obscurantistas do autoritarismo religioso e autocrático. Poder ser um livre-pensador é, talvez, a maior conquista da espécie humana ocidental. Hoje, ninguém é mais condenado, aprisionado ou morto por expressar ideias diferentes de qualquer doutrina política ou religiosa. O cidadão comum deve se sentir vitorioso ante a falência do poder e do arbítrio que o levava, pelo medo, a negar a própria razão ou a submeter-se àquilo que sua consciência ou sua experiência recusavam.

No transcurso da sua evolução – em especial pelo endeusamento do aspecto racional –, a ideologia antropocêntrica foi tomando vulto. Ao naturalizar o antropocentrismo como condição inerente à natureza humana, e não como construção ideológica do próprio homem, o ser humano viu-se, por extensão pragmática, no direito de ser o mandatário legítimo dos que habitam a natureza, determinante racional do seu destino e senhor exclusivo dos mistérios da vida. A megalomania da sua episteme levou toda a Terra a ser violentamente devastada, à extinção maciça das outras espécies e ao desequilíbrio de diversos ecossistemas.

Ademais, do ponto de vista da convivência social, o humanismo antropocêntrico alienante foi evoluindo de forma inevitável para o individualismo de nossos dias. Entende Guénon (1977, p. 18) que "o individualismo é a negação de qualquer princípio superior à individualidade e, por consequência, a redução da civilização, em todos os domínios, apenas aos elementos humanos". E acrescenta que, no fundo, trata-se dos mesmos pressupostos que, na época do Renascimento, foram chamados de "humanismo".

Outro desvio do humanismo antropocêntrico constitui-se num paradoxo deveras surpreendente: o próprio pensamento racional, louvado como um potencial criador humano, desaguou na desvalorização da subjetividade por cuja recuperação foi travada a grandiosa batalha renascentista.

Temos pensado que a ideia humana de homem como "o centro do universo" não é exatamente o que explica o caráter nocivo e malévolo do antropocentrismo. Não é ser "o centro das coisas" a doença epistêmica da visão do homem sobre si mesmo. Para o ser humano – e todo discurso humano sobre o mundo, incluindo o científico, é uma visão humana –, o gênero humano é e sempre

será prioridade. É e sempre será a categoria mais importante no mundo da vida. A grande enfermidade cultural é esse homem, que ocupa lugar central entre as espécies, ir-se tornando arrogante e infantilmente autocentrado, abraçando o mundo como uma criança egocêntrica abraça o pai que chega à família, dizendo: “É meu!”

A imaturidade sociocultural da posição antropocentrada ignora que o seu evidente poder humano sobre a natureza o obriga ao cuidado amoroso para com ela e não só consigo mesmo, sob pena de que sua despreocupação egocêntrica e alienada das outras formas de vida lhe mine sorrateiramente o próprio poder no qual se sustenta.

O novo humanismo: a ampliação do paradigma sobre a humanidade[5]

No final de abril de 2012 assistiu-se, nas redes sociais da internet, a uma manifestação pública mostrando pessoas vestidas de preto, usando luvas cirúrgicas e carregando bichos mortos ou torturados. A cena, intencionalmente sinistra, visava denunciar à população mundial o enorme desrespeito à vida animal. Esse ato público não apenas expressa o repúdio à crueldade e a compaixão pela vida, mas significa essencialmente a ampliação da consciência humana e nos remete à emergência similar do humanismo clássico, do qual descendemos.

Com o espantoso crescimento da ciência e da tecnologia, o homem ficou deslumbrado consigo mesmo. Além disso, vimos que na esteira desse antropocentrismo foi-se desenvolvendo um individualismo crescente, a ponto de nossa época ter sido caracterizada como a época da solidão (Frazão, 2006). O avanço tecnológico, informacional e industrial da sociedade tem gerado metas produtivas segundo as quais a prescrição de êxito parece ser a utilização de um comportamento competitivo e uma mentalidade utilitarista que vê o outro como um objeto intermediário para satisfazer seus propósitos. Cada vez mais pessoas têm assumido essa meta para sua existência, ficando subordinadas a uma lógica e a um ritmo de trabalho rotinizante e padronizado que as mantêm confinadas, abrindo mão do espaço e das oportunidades para o encontro inter-humano íntimo e, portanto, para a criação da sua humanidade potencial. Vão construindo, assim, um individualismo e pragmatismo também desmedidos, que são sustentados no fundo pelo culto ao eu, ao triunfalismo e ao sucesso a qualquer preço.

Essa cultura da produção desenfreada e do mercado voraz tem decretado o extermínio das árvores, dizimado os animais, poluído as águas, aquecido a Terra... e lançado no isolamento as pessoas. Tudo indica que a consciência humana começou a perceber essa destrutividade do uso antropocêntrico e praticamente entrou em pânico. Está nascendo dessa consciência compartilhada um novo humanismo contemporâneo.

Podemos ver sinais de um *novo humanismo* na preocupação com o destino do homem. Em nosso auxílio, recorremos a Werle (2003, p. 98), que comenta a proposta de Heidegger para uma filosofia da existência afirmando que “o que distingue o homem é a sua relação com o ser e o modo como ele resguarda o ser, e não na medida em que é definido como um dotado de razão”.

Essa temática do *cuidado* com o ser é a que estamos tentando mostrar como inerente ao novo humanismo.

O novo humanismo está nascendo sob a égide e liderança da ecologia, movimento de máxima oportunidade nos dias atuais. Mas temos visto que o discurso ecológico tem se limitado à vertente antropocêntrica, "corporativista", referindo-se à preocupação do homem com o próprio homem; o cuidado com a natureza se expressa apenas diante do receio da falência da própria espécie. Essa tendência é compreensível em vista do seu surgimento ainda recente, mas a nosso ver esse foco não exprime com justiça aquilo que o novo humanismo potencialmente pode gerar.

A nova revolução humanista é a que valoriza a vida das demais espécies e não somente a da humana. É a revolução do espírito humano incorporando toda a vida em si, pela percepção ampliada do seu enraizamento diário essencial ao meio em que vive e pela percepção empática do vínculo de parentesco biológico e, portanto, da sujeição de todas as espécies viventes à mesma condição de vulnerabilidade ao sofrimento. Sonhamos a humanidade caminhando para *além* de um humanismo reduzido ao atual pragmatismo ecológico do homem, em vista do risco rondando a sua morada.

Quando o homem é o foco, o espírito humanista verdadeiro é o que faz que vejamos cada pessoa como importante em si mesma, independentemente da classe social, do nível de cultura ou instrução, da etnia, do *status* econômico ou científico, e até do próprio valor da pessoa para a comunidade. É o espírito humanista que nos faz compreender que, além da situação provisória, todo homem é potencialmente disponível para a evolução e a aquisição da ciência e da técnica. A diferença entre o erudito e o ignorante é meramente circunstancial, não decorrendo da essência prévia de uma dupla natureza. Daí sermos tomados por uma sensação secreta de ridículo e vergonha diante da pessoa que ostenta uma postura de soberba acadêmica ou social.

Para finalizar: qual é o nosso humanismo?

Então, de que humanismo falamos quando o vinculamos à Gestalt-terapia? Esse é um tópico essencial para aquele que denomina de humanista a sua abordagem. É necessário examinar se adotamos, de forma inadvertida, o humanismo antropocêntrico individualista – centrado no Eu, ainda completamente vigente nas ciências, na psicologia, na educação e nas igrejas – ou se nosso humanismo inclui a *awareness* da identidade essencial da condição humana, *awareness* capaz de ultrapassar a categorização do nosso cliente mesmo quando de utilidade prática para nosso fazer terapêutico, vendo nessa categorização apenas um esforço precário da ciência humana na busca de entendimento do ser. Entendimento inevitavelmente provisório e parcial ao extremo, embora necessário, quando ainda lhe escapa a apreensão amorosa da sua totalidade. Um humanismo, enfim, que pretende libertar o ser humano das tendências antropocentradas e individualistas, pois nasce da expansão da consciência empática que, de forma vigorosa, nos impulsiona à aceitação de todos, homens, animais e plantas, como membros de uma única família universal, tratando com

compaixão as diferentes espécies e buscando a fraternidade entre elas.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Andrade, M. O. “Humanismo no segundo milênio: um rápido balanço”. In: Miele, N.; Andrade, M. O. (orgs.). *O velho e o novo em mil anos*. João Pessoa: Manufatura, 2000, p. 147-58.

Buber, M. *Do diálogo e do dialógico*. São Paulo: Perspectiva, 1982.

Duarte, M. C. *Breve introdução à história do humanismo secular.* Lisboa: ISCTE, 2001.

Frazão, L. M. “A solidão na contemporaneidade”. *Revista do XII Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica*, 2006.

Guénon, R. *A crise do mundo moderno*. Lisboa: Vega, 1977.

Holanda, A. F. *Diálogos e psicoterapia – Correlação entre Carl Rogers e Martin Buber*. São Paulo: Lemos, 1997.

Lima, P. V. A. *Psicoterapia e mudança – Uma reflexão*. Tese (Doutorado em Psicologia) – Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Rio de Janeiro (RJ), 2009.

Messa, C. *O poder dos pais no desenvolvimento emocional e cognitivo dos filhos*. São Paulo: Sua Editora, 2009.

Nogare, P. D. *Humanismo e anti-humanismo: introdução à antropologia filosófica*. Petrópolis: Vozes, 1985.

Ricouer, P. *Interpretação e ideologias.* Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1977.

Werle, M. A. “A angústia, o nada e a morte em Heidegger”. *Trans/Form/Ação*, Marília, v. 26, n. 1, 2003, p. 97-113.

5. *Slogan* de um canal sobre a vida animal disponível na TV por assinatura: “Animal Planet: surpreendentemente humano”.

6
Psicologia da Gestalt

LILIAN MEYER FRAZÃO

A psicologia da Gestalt surge no início do século 20, sendo seus principais expoentes Wertheimer, Köhler e Koffka. Ao afirmar que percebemos totalidades que são diferentes da soma das partes, esses autores revolucionaram as teorias a respeito da maneira como as coisas são percebidas.

Até então a psicologia adotava o modelo positivista proposto pelo filósofo Augusto Comte (1798-1857), que defendia a necessidade de encontrar leis invariáveis de ordenação dos fenômenos, devendo estes ser passíveis de controle experimental.

Essa concepção sofreu uma reviravolta quando o filósofo Franz Brentano (1838-1917) criou a psicologia do ato, segundo a qual os fenômenos mentais são atos que implicam objetos externos, devendo a psicologia estudar os processos mentais e não seus conteúdos. A noção de intencionalidade (a consciência é sempre a consciência de algo) foi introduzida por ele e influenciou, além do filósofo Husserl, Meinong e Von Ehrenfels, que ao lado de Rubin podem ser considerados os precursores da psicologia da Gestalt.

Edgar Rubin (1886-1951), fenomenólogo dinamarquês e ex-aluno de Husserl, foi o primeiro a afirmar que a percepção visual se organiza em figura e fundo, fato esse ilustrado pela conhecida imagem das duas faces que podem ser percebidas como um cálice (Figura 1).

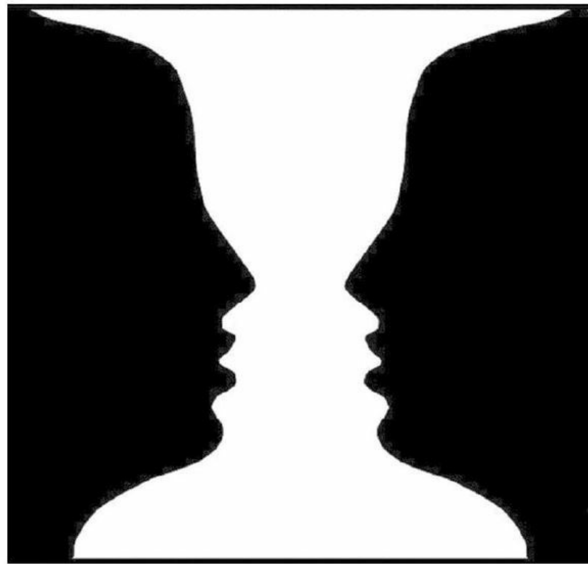


Figura 1

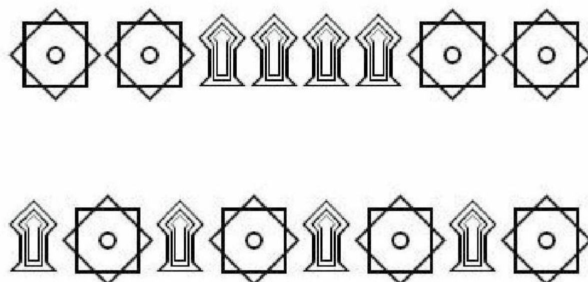
Christian Von Ehrenfels (1859-1932), filósofo austríaco que foi aluno de Brentano e Meinong e professor de Wertheimer, afirmou a existência de uma qualidade perceptiva da forma (*Gestaltqualität)* que pertence à configuração e não a cada um de seus elementos ou mesmo à soma destes. Trata-se da qualidade da configuração como um todo – os objetos por nós percebidos constituem formas que são mais do que a soma das sensações. Sugere o termo alemão *Gestalt* – que significa forma, configuração – para designar tal qualidade, tendo escrito o livro *Über Gestalt Qualitaten* [Sobre as qualidades da forma] em 1891.

O trabalho de Von Ehrenfels deu origem às investigações de dois outros estudiosos: Meinong (1853-1920) e Benussi (1878-1927), que constituíram aquilo que viria a ser conhecido, na psicologia da Gestalt, como Escola de Graz. Para esses autores, as sensações seriam anteriores às percepções e a *Gestaltqualität* resultaria da síntese das sensações.

Wertheimer, Köhler e Koffka, da Escola de Berlim, discordaram dessa visão dualista de que primeiro viriam as sensações e só depois as percepções e afirmaram que percebemos totalidades que não resultam de uma síntese de sensações, mas convergem em uma integração imediata dos estímulos. Afirmaram também que não podemos separar “interior” (sensações) e “exterior” (percepções).

Uma Gestalt ou configuração não se reduz à simples soma de partes, nem mesmo à justaposição delas. Se qualquer parte da configuração for alterada, teremos uma configuração diferente.

Figura 2



Na Figura 2 observamos que, embora as duas linhas sejam integradas pelos mesmos elementos em quantidade igual, a maneira como cada um deles está disposto resulta numa configuração diferente.

Segundo Köhler (*apud* Koffka, 1975, p. 691) a palavra *Gestalt* “tem o significado de uma entidade concreta, individual e característica, que existe como algo destacado e tem uma forma ou configuração como um de seus atributos”.

Ainda de acordo com Koffka (1975, p. 691),

> [...] o processo de organização não está menos “gestaltizado” que os produtos da organização [...] dizer que um processo, ou produto de um processo, é uma Gestalt, significa que ele não pode ser explicado pelo mero caos, a mera combinação cega de causas essencialmente desconexas; mas que sua essência é a razão de sua existência.

Em uma de suas pesquisas, Wertheimer estudou o “fenômeno Phi” ou “efeito de movimento aparente”, que demonstrou que podemos ter a sensação de movimento sem que ele ocorra. Projetou sobre uma tela dois pontos de luz que se acendiam e apagavam num curto intervalo entre cada uma das luzes e observou que a percepção era a de um ponto se movendo na tela. No entanto, tratava-se de uma rápida sucessão de momentos de luz acesa e apagada (como se pode observar em anúncios de neon ou nos enfeites das árvores de Natal).

A psicologia da Gestalt, tal como já anunciado por Rubin, afirma que nossa percepção se organiza pelo *princípio de figura/fundo*: percebemos totalidades e, dependendo das circunstâncias, algo se destaca, torna-se mais proeminente, fica em primeiro plano – a figura –, enquanto o restante permanece em segundo plano – o fundo.

Figura e fundo integram o que chamamos de Gestalt, configuração ou totalidade. Não se pode falar numa Gestalt sem considerar figura *e* fundo. Apenas a figura não constitui uma Gestalt, uma configuração.

Figura e fundo não são fixas nem estáticas: elas se modificam, são reversíveis e podem se alternar conforme as circunstâncias. Trata-se de um processo contínuo de formação e destruição de *Gestalten*.

Por exemplo: no momento em que escrevo este texto, para mim a figura é o que está na tela do computador, enquanto todas as outras coisas ficam em segundo plano (os demais objetos da minha escrivaninha, o telefone, a agenda, a janela, a claridade do dia etc.). Porém, se o telefone tocar, pode passar a ser a figura, virando o restante fundo (até o que antes era figura: o que eu escrevia na tela do computador). Uma vez atendido o telefone, este pode voltar a ser fundo, e se eu retomar o meu texto este voltará a ser figura. Se nesse meio-tempo eu sentir sede, esta pode passar a ser a figura e tanto o telefone quanto o texto passam a integrar o fundo. E assim por diante...

No trabalho clínico em Gestalt-terapia, deve-se observar que nem o terapeuta nem o cliente se dão conta de tudo que integra o fundo – eles podem perceber parte do fundo e, ainda que não percebam a totalidade do que está lá, isso é considerado parte do fundo. Podemos pensar a história de vida da pessoa, suas experiências, seus conflitos, suas dificuldades, suas potencialidades etc. como parte do fundo, embora não estejamos em contato com isso o tempo todo. Também é preciso considerar que o sentido da figura emerge da relação figura/fundo. Não é a figura nem o fundo em si mesmos que determinam o significado, e sim a relação figura/fundo: é a relação figura/fundo que dá sentido à figura. Por exemplo: num incêndio, a água tem um sentido (o de apagar o fogo); em outra situação, o líquido tem outro sentido (aplacar a sede, por exemplo).

Se lembrarmos do cálice de Rubin, constataremos que quando percebemos o cálice ele constitui a figura, enquanto as duas faces constituem o fundo. Quando percebemos as duas faces, elas são a figura e o cálice é o fundo. Nesse caso, podemos observar a reversibilidade de figura e fundo.

Além do princípio de figura/fundo, outros princípios regem a organização da nossa percepção. Ainda que alguns autores se refiram a eles como leis, creio ser mais condizente com a Gestalt-terapia pensar neles como princípios.

O mais importante, que rege todos os outros, é o *princípio da pregnância* ou *princípio da boa forma*, segundo o qual a organização psicológica será sempre tão “boa” quanto as condições reinantes permitirem. Essa noção de “boa” não é algo definido *a priori* como um conceito estático. “Boa” organização é aquela que está de acordo com as condições reinantes no momento em que o percepto é percebido.

A organização psicológica à qual o princípio da pregnância ou da boa forma se refere não tem que ver com justaposição. Segundo Wertheimer (*apud* Koffka, 1975, p. 691), “[...] a organização, como uma categoria, é diametralmente oposta à mera justaposição ou distribuição ao acaso. No processo de organização, o que acontece a uma parte do todo é determinado por leis intrínsecas a esse todo”.

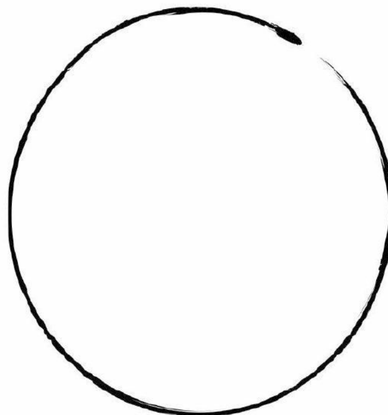
A essa colocação Koffka (1975, p. 691) acrescenta que

> [...] dizer que um processo, ou o produto de um processo, é uma Gestalt significa que não pode ser explicado pelo mero caos, a mera combinação cega de causas essencialmente desconexas; mas que sua essência é a razão de sua existência, para usarmos a linguagem metafísica para uma ideia que esteve presente inúmeras vezes neste livro, em noções tão livres de metafísica quanto qualquer ciência pode estar.

O princípio da pregnância pode ser identificado na noção de ajustamento criativo da Gestalt-terapia, conceito que se refere à capacidade de ajustar-se ao ambiente considerando, simultaneamente, nossas possibilidades e as possibilidades deste (nesse sentido é o ajuste tão "bom" quanto as condições da pessoa e do ambiente permitem). É também, segundo os escritos de Frazão a respeito de pensamento diagnóstico processual, a maneira de compreender funcionamento não saudável.

O *princípio do fechamento* se refere ao fato de que figuras completas são mais facilmente percebidas, razão pela qual tendemos a fechar ou completar figuras que na realidade estão incompletas. Assim, por exemplo, se olharmos a Figura 3, tenderemos a dizer que vemos um círculo, quando na verdade trata-se de uma linha curva que termina antes que seu final se encontre com seu início (o que seria necessário para formar um círculo).

Figura 3



Além disso, se, por alguma razão, as *Gestalten* não podem se fechar (ou completar) e se mantêm abertas, perturbarão – e eventualmente até impedirão – a fluidez do processo contínuo de formação e destruição figura/fundo.

Isso se deve também à descoberta feita por Bluma Zeigarnik, colaboradora de Kurt Lewin – que foi fortemente influenciado pela psicologia da Gestalt. O "efeito Zeigarnik" postula que ações ou situações incompletas são fortemente registradas e carregadas de tensão, e assim que houver uma oportunidade o indivíduo buscará aliviá-la. Afirma também que as situações inacabadas (ou *Gestalten* abertas) serão mais facilmente lembradas do que as acabadas (*Gestalten* fechadas)[6].

Segundo o *princípio da semelhança*, percebemos mais facilmente objetos semelhantes entre si do que objetos diferentes uns dos outros, ou seja, agrupamos objetos por semelhança de cor, forma, textura, tamanho etc.

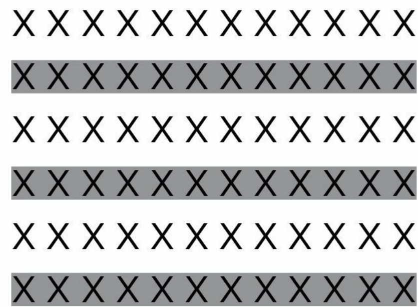


Figura 4

Tendemos a agrupar as linhas da Figura 4 em duas categorias: as que não têm preenchimento e as que têm preenchimento cinza (nesse caso, o agrupamento ocorre pela semelhança de cor do preenchimento).

Segundo o *princípio da proximidade,* coisas que estão próximas umas das outras são percebidas como pertencentes a um mesmo agrupamento.



Figura 5

Embora tenhamos acima 12 grupos verticais de letras X, vemos mais facilmente três linhas horizontais de letras X, pois os Xs das linhas horizontais estão mais próximos uns dos outros do que os Xs das linhas verticais.

Segundo o *princípio da simetria*, tendemos a perceber objetos como simétricos a partir do centro.



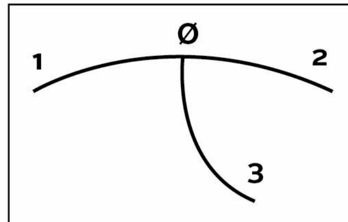
Figura 6

Na Figura 6 vemos mais facilmente três pares de colchetes, quando poderíamos ver seis colchetes isolados ou mesmo dois pares de colchetes (}{ }{) e dois colchetes isolados ({ }).

De acordo com o *princípio da continuidade,* vemos mais facilmente continuidade em determinada direção nos elementos que compõem uma figura.

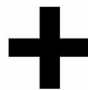
Na Figura 7 poderíamos ver muitas composições diferentes das linhas, mas a tendência é vermos 1Ø2 como uma linha e Ø3 como outra. São os caminhos, por assim dizer, mais simples para nossa percepção.

Figura 7



Da mesma forma, na Figura 8 vemos mais facilmente duas linhas retas que se cruzam do que quatro linhas que convergem para o centro, ou mesmo quatro ângulos retos justapostos.

Figura 8



Todos os princípios anteriormente abordados – figura/fundo, pregnância, fechamento, semelhança, proximidade, simetria ou continuidade – implicam o princípio da pregnância: quer a organização perceptual se dê por proximidade, por semelhança, por simetria etc., a organização será sempre tão boa quanto as condições reinantes o permitirem.

Os estudos dos psicólogos da Gestalt não se aplicam apenas aos fenômenos da percepção, mas também à memória, aos processos de aprendizagem, de pensamento etc.

Praticamente na mesma época em que os psicólogos da Gestalt estudavam os fenômenos da percepção, Kurt Goldstein, com quem Fritz Perls trabalhara, desenvolvia sua teoria organísmica, que foi fortemente influenciada pela psicologia da Gestalt. Enquanto para os psicólogos da Gestalt percebemos totalidades, Goldstein afirmava que nosso organismo funciona como uma totalidade, implicando alterações nas partes uma reconfiguração organísmica. Essa afirmação resultou de estudos feitos com soldados que haviam sofrido algum tipo de lesão cerebral, o que impedia ou limitava determinadas funções. Goldstein observou que, em virtude desses danos, tais soldados demonstravam toda uma nova organização de comportamento a fim de dar conta das dificuldades oriundas das lesões cerebrais. Eles, por exemplo, se tornavam mais sistemáticos e metódicos. Goldstein chamou esse processo de autorregulação organísmica[7].

Entre os fundadores da Gestalt-terapia, a única que efetivamente estudou a psicologia da Gestalt

foi a esposa de Fritz, Laura Perls, que havia sido aluna de Wertheimer e fez seu doutorado acerca de percepção visual. Laura, assim como Fritz, trabalhou com Kurt Goldstein, em cujo laboratório conheceu o marido[8].

Fritz Perls utiliza as ideias da psicologia da Gestalt para compreender o funcionamento psíquico, afirmando que este, em sua totalidade, não pode ser entendido pelo estudo de suas partes, rompendo dessa forma com a tradição causalista para explicar os fenômenos psíquicos.

Perls, como ele mesmo afirma (1979, p. 81), não foi um estudioso da psicologia da Gestalt:

> A minha relação com os psicólogos da Gestalt era muito peculiar. Eu admirava muita coisa no trabalho deles, especialmente o trabalho inicial de *Kurt Lewin*. Não pude concordar com eles quando eles se tornaram positivistas lógicos. *Não li nenhum dos seus livros-texto*, só alguns artigos de Lewin, Wertheimer e Köhler. Para mim, mais importante era a ideia da situação inacabada, a Gestalt incompleta. Os gestaltistas acadêmicos obviamente nunca me aceitaram. Eu não era certamente um gestaltista puro. (Grifos nossos)

A afirmação acima merece dois comentários:

1 Kurt Lewin pode ser visto como um dos seguidores da psicologia da Gestalt, utilizando-a para explicar alguns fenômenos de campo, mas não pode ser considerado propriamente um dos psicólogos da Gestalt.

2 Quando Perls menciona Lewin, Wertheimer e Köhler como autores da psicologia da Gestalt, parece confundir Lewin com Koffka, este sim um dos três importantes autores dessa escola de psicologia.

Outra declaração de Perls (1979, p. 82) que sugere a inconsistência de seus estudos a respeito da psicologia da Gestalt surge quando ele, criticando os gestaltistas, afirma que estes

> [...] dizem que o todo é mais do que as partes. Em outras palavras, acrescenta-se algo ao mundo simplesmente através de uma configuração. Isso arruinaria o nosso quadro do equilíbrio de energia do universo. Algo seria criado do nada, uma ideia que transcenderia até mesmo o poder criativo de Deus.

Os gestaltistas não diziam que "o todo é mais do que as partes", e sim que o todo é *diferente* da soma das partes: o todo não é nem mais nem maior que elas.

A afirmação de Perls de que os gestaltistas acadêmicos nunca o aceitaram também é corroborada por Stoehr (1994). Diz ele que Köhler, antes da publicação do livro de Perls, Hefferline e Goodman *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personalit*y, havia recebido um exemplar para avaliação, o qual só chegou a suas mãos tardiamente, quando restavam apenas dois dias para que ele opinasse. Ainda assim, Köhler (*apud* Stoehr, 1994, p. 101) escreveu que achava inadequada a aplicação da psicologia da Gestalt da maneira como era feita no livro e

recomendava a mudança de título: “Os psicólogos da Gestalt estão sendo criticados no texto exatamente porque não fizeram o que os autores acreditam que deveria ser feito. Por que então emprestar o nome de uma psicologia que, de acordo com eles, desconsiderou os principais pontos?”

Paul Goodman (*apud* Stoehr, 1994, p. 101), um dos fundadores da Gestalt-terapia, responde a essa carta dizendo:

> Nosso método de trabalho clínico é, a princípio, bastante simples: concentrar-se na unidade do comportamento, por exemplo, a coerência da imagem que está sendo descrita, a expressão facial durante a descrição e o tom de voz utilizado. Quando as distorções (não simplicidade) desta unidade se tornam percebidas, as perturbações nas condições da concentração começam a se tornar figura, como alguma coisa evitada no contato entre paciente e terapeuta, tensões musculares não percebidas etc. Tentamos fazer um experimento aberto em lugar de um experimento controlado: a questão não é sob que condições obtemos um comportamento coerente, e sim que condições precisam ser alteradas para que um comportamento alcance simplicidade. Isso nos levou a formular uma teoria relativa às relações e sequências dinâmicas de figuras e fundos. O segundo volume de nosso livro tenta esboçar essa teoria, o que não me parece irrelevante para a psicologia da Gestalt, e sim uma contribuição a ela.

Em sua autobiografia, Perls (1979, p. 81-4) sublinha quatro aspectos considerados por ele os mais importantes na psicologia da Gestalt:

- A ideia de situação inacabada.
- O fato de que uma Gestalt é “um fenômeno irredutível. É uma essência que está aí e que desaparece se o todo for fragmentado em seus componentes”.
- A diferenciação da Gestalt em figura e fundo.
- O princípio de que uma Gestalt forte tem necessidade de se fechar.

Além do questionamento de Köhler, autores contemporâneos (Barlow, Henle, Sherril, Wulf e Walter, entre outros) também discutem o uso que nossa abordagem faz das descobertas da psicologia da Gestalt, postulando que as ideias dessa vertente apresentadas no livro *Gestalt-terapia* (Perls, Hefferline e Goodman, 1997) estão mais próximas das formuladas por Kurt Goldstein, Kurt Lewin e sua assistente Bluma Zeigarnick do que das ideias originais de Wertheimer, Köhler e Koffka, considerados os pais da psicologia da Gestalt.

Existe atualmente na Alemanha e na Áustria uma modalidade psicoterápica intitulada “Gestalt theoretical psychotherapy”, formada por um grupo de profissionais que busca uma sistematização mais fiel dos conceitos da psicologia da Gestalt aplicados à psicoterapia.

Embora Perls, Hefferline e Goodman tenham inovado e antecipado questionamentos que muitas outras abordagens psicoterápicas só fariam posteriormente, o fato de Perls não ter se aprofundado no estudo da psicologia da Gestalt o levou inclusive a cometer alguns enganos em sua compreensão (como sugere sua autobiografia), razão pela qual é aconselhável recorrer aos escritos de Wertheimer, Köhler e Koffka sempre que se quiser estudar o tema.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Barlow, A. R. “Gestalt-antecedent influence or historical accident”. *The Gestalt Journal*, v. IV, n. 2, 1981.

Frazão, L. M. “A compreensão do funcionamento saudável e não saudável a serviço do pensamento diagnóstico processual em Gestalt-terapia”. Palestra proferida no evento “Gestalt na Ilha: Encontro Anual de Gestalt-terapia”, promovido pelo Centro de Estudos e Atividades Gestálticas, Florianópolis (SC), out.-nov. 1998.

_______. “Sessenta anos de Gestalt-terapia”. Trabalho apresentado no XIII Encontro Nacional de Gestalt-terapia e X Congresso Nacional de Gestalt-terapia, São Pedro (SP), out. 2011.

Henle, M. “Gestalt psychology and Gestalt therapy”. *Journal of the History of the Behavioural Sciences*, n. 14, 1978, p. 23-32.

Koffka, K. *Princípios de psicologia da Gestalt.* São Paulo: Cultrix/Edusp, 1975.

Köhler, W. *Psicologia da Gestalt.* Belo Horizonte: Itatiaia, 1968.

Perls, F. S. *Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo*. São Paulo: Summus, 1979.

Sherril, R. E. “Gestalt therapy and Gestalt psychology”. *The Gestalt Journal*, v. IX, n. 2, 1986.

Stoehr, T. *Here, now and next: Paul Goodman and the origins of Gestalt therapy.* Cleveland: Gestalt Institute of Cleveland, 1994.

Walter H. J. P. “What do Gestalt therapy and Gestalt theory have to do with each other?” *The Gestalt Journal*, v. XXII, n. 1, 1999.

Wulf, R. “The historical roots of Gestalt therapy”. *The Gestalt Journal*, v. XXI, n. 1, 1998.

6. Para mais informações, veja o Capítulo 7, que explica a teoria de campo.
7. Para mais informações, veja o Capítulo 8.
8. Para mais informações, veja o Capítulo 1.

7
Relações entre a teoria de campo de Kurt Lewin e a Gestalt-terapia

HUGO ELÍDIO RODRIGUES

Frederick S. Perls citou algumas vezes que seria necessária uma teoria de campo para fundamentar a compreensão da atmosfera que se cria no encontro entre o psicoterapeuta e a pessoa que o procura. Ele diz: “Minha ambição tem sido criar uma teoria de campo unificada na psicologia” (Perls *apud* Stevens, 1977, p. 99).

Com a expressão “teoria de campo unificada”, Perls (1981, p. 26) nos mostra uma correlação entre pensar e agir, afirmando que, quando o ser humano pensa, ele está “[...] agindo em imagem. Está fazendo simbolicamente o que poderia fazer fisicamente”. Ele pondera que “pensamento” pode ser substituído por um termo mais amplo, que englobe as várias atividades mentais do ser humano, como imaginar, sonhar etc., e propõe usar o termo “fantasia” para isso. Daí, quando fantasiamos, estamos agindo simbolicamente, com menos gasto de energia do que quando agimos fisicamente. Podemos então ir de um nível (fantasia) para outro (ação) e vice-versa, dependendo da intensidade energética que empregamos.

Dessa maneira, Perls valida a inclusão, durante o encontro terapêutico, não apenas do que a pessoa pensa ou fala, mas também do que e como ela faz. Entre o fantasiar e o agir, ele dirá que existe uma zona intermediária – o “fazer de conta na terapia” (Perls, 1981, p. 30) – que, por meio do experimento vivido na situação presente do atendimento, colaborará para o próprio indivíduo compreender-se melhor. A pessoa poderá experimentar, na segurança do ambiente terapêutico, aquilo que suas fantasias ou ações não se arriscam a experimentar e, uma vez fazendo-o, conhecerá mais profundamente a si mesma por intermédio daquilo que viveu. Esses argumentos fundamentam o uso do experimento como técnica terapêutica na Gestalt-terapia.

A intenção dessa contribuição de Perls é louvável, e sua ideia de utilizar uma teoria de campo unificada poderia ser ampliada com o emprego da teoria de campo de Kurt Lewin (1890-1947), em virtude de sua ampla aplicação em experimentos psicológicos e de tantas contribuições metodológicas para a psicologia em geral e para a psicologia social em particular. No final da década de 1970, Festinger (*apud* Rodrigues, 1979) afirmou que a teoria de campo de Kurt Lewin foi utilizada em mais de 95% de todo o trabalho teórico na psicologia social.

A teoria de campo de Kurt Lewin se propõe a fundamentar nossa compreensão sobre como o sentido das ações de uma pessoa é algo que se coaduna à relação dela com seu meio. Segundo essa teoria, “meio” ou “campo” referem-se a “quando” e “onde” algo pode produzir uma diferença na percepção da pessoa. Além disso, a noção de *tempo* se apresenta como unidade situacional, com foco no presente, que se articula com os dados a ele anteriores e aponta para possibilidades futuras.

Lewin critica a visão da psicologia da época, influenciada pelo paradigma aristotélico que impregna nossa cultura (não apenas a ciência), paradigma esse baseado em um pensamento classificatório, estatístico-histórico e abstrato. De acordo com Lewin, a psicologia até então não enxergava o ser humano de forma integrada.

Para ilustrar a influência desse tipo de pensamento em nosso cotidiano, notemos o exemplo a seguir, de uma conversa entre mãe e filha:

— Poxa, mãe, o João, meu namorado, aquele infeliz, me traiu!

— Ah, filha... Mas o que você esperava? Homem é assim mesmo!

A ênfase aqui é sobre o que subsiste ontologicamente, ou o que fundamenta a lógica da frase “Homem é assim mesmo”. O que torna possível que uma comunicação dessa natureza seja feita?

Na frase “Homem é assim mesmo”, *João* desapareceu, tendo sido substituído por uma classe, *homens*. Em outros termos, quando a mãe responde, não importa quem é João, quem é sua namorada, o que aconteceu ou ainda acontece na relação entre ambos. O que importa é que aquele homem agiu da mesma forma como, supostamente, todos os homens agem.

O pensamento classificatório exigirá a certeza de que sempre, ou na maior parte das vezes, um elemento daquela classe agirá conforme as características inerentes a ela. Tal certeza é amparada pelo pensamento estatístico-histórico, em que algo que muitas vezes aconteceu tende a ser visto como algo que se repetirá no futuro. Muitos homens, de fato, já traíram, e tal comportamento passa a ser algo esperado. Porém, acontecer algo com frequência, ainda que alta, não é critério suficiente para assegurar que volte a acontecer no futuro. Logo, mesmo que muitos homens já tenham traído, não necessariamente todo homem trairá.

Dessa forma, a experiência concreta entre João e sua namorada é substituída por uma generalização. Na frase “Homem é assim mesmo”, encontramos o pensamento classificatório (classe dos homens traidores), estatístico-histórico (a frequência ocorrida que funda a tal classe) e abstrato (que generaliza e retira a implicação de cada pessoa na situação), elementos criticados por Lewin.

Para compreender a crítica lewiniana e sua proposta de pensar uma metodologia alternativa, será necessário destacar alguns dados históricos.

Lewin atribui o paradigma criticado ao filósofo grego Aristóteles (384-322 a.C.). Este dizia que, para que algo fosse considerado objeto da ciência, deveria estar sempre presente – ou com muita frequência – na natureza. Fenômenos fortuitos não seriam objeto da atenção científica. Uma

vez constatado o fato, por exemplo, de que todo objeto pesado cai, Aristóteles passaria a estudar abstratamente a classe “objetos pesados”, ignorando a concretude de cada objeto e seu peso. Com a base estatístico-histórica, cada objeto pesado que eu segure nas mãos – como uma pedra –, ao ser largado, necessariamente cairá. Não preciso testar isso com cada pedra, o que me permite otimizar a possibilidade de estudo focando apenas nas características inerentes à classe “objetos pesados”. Por que a pedra cai? Ela cai porque é pesada, resposta coerente com esse pensamento. Por analogia, por que João trai? Ele trai porque é homem.

Mas tomemos esse mesmo exemplo da pedra para, inspirados na crítica de Lewin, começarmos a nos aproximar de outra forma de pensamento...

Suponhamos uma situação em que tal pedra, segurada pela mão, não caia quando largada. O que contrariaria esse histórico? Caso a pedra esteja no espaço sideral, longe de um campo gravitacional, ela simplesmente não cairá, porque nada a empurra para baixo. O que importa aqui é perceber que a característica “peso” não é algo inerente ao objeto “pedra”, representante da classe “objetos pesados”. É, sim, algo *inerente* à *relação do objeto* com um campo gravitacional. “Peso” é fruto de uma relação entre dois corpos dotados de massa, em que se leva em conta a distância entre eles, de modo que aqui, na Terra, a pedra cai, mas na Lua cairia seis vezes mais lentamente e, no espaço sideral, longe de outro corpo dotado de massa, simplesmente não cairia.

No exemplo original, do ponto de vista lewiniano, diríamos que João trai não “porque ele é homem”. É necessário perceber a relação entre ele e sua namorada, na qual a traição (um aspecto circunstancial) surge como um comportamento que tem algum sentido em existir. Em outros termos, há de se inquirir o que estruturalmente na relação a torna propensa à traição.

Desse modo, em vez de um pensamento estatístico-histórico, buscamos uma ação descritiva que focaliza o que está acontecendo, presentemente, na relação entre João, sua namorada e o contexto de vida da relação deles.

Em vez de lidarmos com uma classe e com um pensamento abstrato generalizante, apontaremos o caso único que está aqui e agora à nossa frente: foi *este* João que traiu *esta* namorada, segundo o que ela conta à mãe.

Lewin procurou, ao criticar o paradigma aristotélico, preparar as pessoas para assimilar sua metodologia, não a enquadrando nos moldes do paradigma vigente. Com uma metodologia que visa compreender descritivamente as situações únicas vividas, sempre tendo como ponto central o contexto no qual a situação emerge, e o foco no presente, Lewin ergueu as bases de sua teoria de campo.

AS BASES DA TEORIA DE CAMPO DE KURT LEWIN

Sobre o conceito de “teoria” e de “campo”

> Teoria [do grego *Theoria* = visão], um sistema de ligações dos fatos num conjunto sem contradição de razões e consequências. As teorias produzem o arcabouço interno de uma ciência [...] A teoria, no entanto, se forma de hipótese junto com a dedução dos fenômenos, para cuja explicação se construiu a hipótese [...]. Com o enquadramento no contexto criado pela teoria, os diversos fatos encontram a sua explicação. Visto que as teorias são elos [...] abstratos entre os fenômenos, não podem ser provadas de maneira diretamente empírica. Contêm, pois, uma quantidade maior ou menor de probabilidade, conforme muitos ou poucos dados empíricos concordem com elas [...] deve-se distinguir dois tipos de teorias: 1) Teorias "executivas", que quase não contêm elemento hipotético e cingem a consequências lógicas dos fatos; 2) teorias "explicativas", que só podem cumprir o enquadramento dos dados com o auxílio de uma suposição hipotética e especulativa [...]. (Dorsch, 2001, p. 928)

Lewin nos dirá que seu trabalho estaria mais próximo do conceito de "método" do que propriamente de uma "teoria" conforme definido na citação. Segundo ele, "a teoria de campo provavelmente se caracteriza melhor como um método, isto é, um método de analisar relações causais e de criar construções científicas" (Lewin, 1965, p. 51). Consequentemente, poderíamos dizer que o conceito de "teoria" de Lewin seria mais próximo da "teoria executiva", pela forma de lidar primeiro com os fatos para depreender, a partir deles e gradativamente, suposições teóricas.

Sobre o conceito de "campo", que Lewin (1973, p. 29) também chamará de "espaço vital psicológico", temos uma sintética definição: "O espaço vital psicológico indica a totalidade de fatos que determinam o comportamento do indivíduo num certo momento", sendo dotado de duas regiões: a pessoa e o ambiente.

Lewin buscou um método mais próximo da descrição dos fatos do que um que se baseasse em hipóteses prévias sobre eles, tendo como foco de seu trabalho o campo psicológico e a totalidade de forças que podem interferir no comportamento de uma pessoa ou de várias pessoas em determinado tempo e lugar.

As principais características da teoria de campo

Segundo Lewin (1965, p. 69),

> as seguintes características dessa teoria me parecem particularmente importantes: o uso de um método de construções e não de classificações; um interesse pelos aspectos dinâmicos dos acontecimentos; uma perspectiva psicológica e não física; uma análise que começa com a situação como um todo; uma distinção entre problemas sistemáticos e históricos; uma representação matemática do campo.

Pode-se compreender o método de construção contrapondo-o ao classificatório. Este se preocupa com uma forma comparativa de analisar os problemas, organizando os dados conforme suas semelhanças. Já "a representação de um caso individual com o auxílio de alguns 'elementos de construção' constitui a essência do método de construção" (Lewin, 1965, p. 70). Lewin dirá que, com base em elementos de construção como posição psicológica e forças psicológicas, é possível estabelecer afirmações sobre relações entre tais elementos ou entre algumas de suas

propriedades empiricamente comprovadas. O método de construção será, portanto, uma representação simbólica, em uma situação (posição psicológica), de uma pessoa (ou várias pessoas) sobre a qual (sobre as quais) incidem forças do campo vivencial naquele momento. O método de construção será mais comentado adiante.

Quanto aos aspectos dinâmicos, estes se referem especificamente ao estudo das forças presentes na relação da pessoa com seu meio, conforme observamos na etimologia da própria palavra "dinâmica", proveniente do termo grego *dynamis*, que significa "força". Lewin terá interesse em descrever as forças presentes em dado momento de vida da pessoa, ou das pessoas, para que determinado comportamento ocorra. Porém, uma vez que as forças são inerentes aos momentos de vida, podem variar, neutralizando-se, aumentando ou diminuindo de intensidade. Em outros termos, a dinâmica também estabelece que, com o fluir das forças do campo, o próprio processo estudado se altera: "Em todo e qualquer processo, as forças no meio interno e externo são modificadas pelo próprio processo" (Lewin, 1975, p. 55).

Quanto à perspectiva psicológica e não física, Lewin alude ao fato de que sua teoria procura descrever o que acontece não apenas no que se refere a uma objetividade fisicalista, mas levando em conta que o importante é como o indivíduo experiencia o que acontece no momento considerado: "Um professor nunca será capaz de dar orientação apropriada a uma criança se não aprende a compreender o mundo psicológico no qual aquela criança vive" (Lewin, 1965, p. 71).

Uma vez que é o aspecto psicológico que deve ser considerado, é preciso aceitá-lo conforme a pessoa o percebe, ou seja, fenomenologicamente. Assim, qualquer aspecto particular focalizado deverá levar em conta a relação com a totalidade – aquilo que em psicologia da Gestalt e em Gestalt-terapia se chama relação figura/fundo.

Quanto à distinção entre problemas sistemáticos e históricos, Lewin ressalta a importância de considerar o que está acontecendo num campo vivencial no momento em que o comportamento analisado ocorre, ou seja, o comportamento passado só pode influenciar o comportamento presente por aspectos que tornam, no presente, tal influência possível. Dessa forma, o comportamento é resultante de um conjunto de fatores presentes no campo, como várias forças que atuam, compondo um sistema a ser descrito e analisável. Já os problemas históricos dependem de um conhecimento do passado que nem sempre está disponível. Lewin nos dá um exemplo utilizando a metáfora do "piano sobre o piso de madeira": caso tentássemos confirmar se um piso antigo suporta ou não o peso de um piano, poderíamos analisar historicamente esse piso, observando dados como o tempo em que ele está lá, o tipo de madeira utilizado em sua confecção e sua expectativa de durabilidade. Porém, mesmo de posse desses dados, poderemos ter absoluta certeza de que o piso aguentará o peso do piano?

O desgaste da madeira é um dado intangível numa análise histórica, uma vez que talvez não tenhamos acesso a ele. Já a análise do problema, em termos sistemáticos, nos faria, com a ajuda de cordas e roldanas, apoiar o piano gradativamente e ver como o piso reage. O "histórico",

sendo conhecido ou não, é presentificado no método sistemático de análise, pois, se o piso estiver velho ou tiver sido indevidamente utilizado, por exemplo, na hora do teste do peso o sistema de forças presentes na situação evidenciará a resposta.

Por último, Lewin fala da importância de obter em psicologia uma linguagem que reduza os problemas dos conceitos que apresentam multiplicidade de sentidos. Para isso, defenderá o uso da linguagem matemática, descrita por ele como uma "linguagem que é logicamente estrita e ao mesmo tempo de acordo com os métodos de construção" (Lewin, 1965, p. 74).

Após a apresentação dessas características, é importante não subsumir que Lewin preocupou-se apenas com a formalização ou com o uso da matemática na psicologia. Vale lembrar que essas características se referem à sua teoria, mas não são suficientes para compreender a fundo suas aplicações – assim como conhecer os movimentos das peças de xadrez não é o bastante para entender a complexidade e a engenhosidade de um jogo em andamento. Lewin (1965, p. 7) ressalta que sua preocupação, assim como a de qualquer psicólogo, é "[...] conhecer melhor e compreender mais profundamente os processos psicológicos. Este é, e sempre foi, o princípio orientador".

Do formal ao prático: a noção de "tensão" e o trabalho de B. Zeigarnik

Vejamos agora como a teoria de campo de Lewin estabelece sua correlação com os fatos focalizados em suas análises. Como estender a teoria para a prática?

Formalmente, Lewin toma como base para sua teoria a análise do comportamento da pessoa, considerada um ponto de atuação de forças que mobiliza, então, uma fonte de energia para novos comportamentos. A essa fonte de energia proveniente das necessidades que a pessoa procurará satisfazer, na relação com o campo – que é, consequentemente, geradora de ações –, Lewin (1965, p. 14) chamará de "tensão". A tensão será considerada o "estado de um sistema em relação ao estado dos sistemas que o rodeiam". O termo designa o nível de energia com a qual uma região do campo se relaciona com outra região; nada apresenta tensão em si, mas sempre em relação a algo. Em direção a esse algo, a tensão tende a se aproximar (no caso de valência positiva) ou a se afastar (no caso de valência negativa). Segundo Lewin, o conceito de valência refere-se ao que mobiliza a pessoa para um potencial movimento, sempre pensando em uma situação vivida. A valência é uma espécie de "pedido" – ou de "ordem" – para a aproximação ou o distanciamento, sempre com base em um contexto referencial, por isso não deve ser confundida com a ideia de estímulo, como na relação estímulo/resposta.

Lewin fundamenta sua argumentação na premissa de que, em um campo psicológico, uma tensão, como correlato das forças presentes no campo, se concretiza como busca de locomoção psicológica, afastando-se ou aproximando-se de um referencial qualquer.

A fim de comprovar sua premissa, Lewin recorrerá ao trabalho de B. Zeigarnik sobre os experimentos relacionados à incidência de fatores que afetam a rememoração de fatos. Em

resumo, a pesquisa de Zeigarnik consistiu nas seguintes etapas iniciais:

1 Uma pessoa, em um campo psicológico, experimenta sobre si a incidência de forças externas presentes nesse campo.

2 Eventualmente, tais forças podem provocar uma tensão interna, gerando uma locomoção rumo ao objetivo almejado.

3 Em paralelo à locomoção, há uma atividade no nível do pensamento, pois a pessoa também pensará naquilo que almeja.

Com base nessas etapas, Zeigarnik elaborou um experimento que, operacionalmente, consistiu em dar várias tarefas a voluntários ao longo de um dia. Algumas dessas tarefas foram intencionalmente interrompidas pelos experimentadores e ficaram incompletas. Outras foram concluídas normalmente (ou seja, chegando ao objetivo).

Considerando as premissas “a” e “b”, se há tensão até o cumprimento de um objetivo, podemos depreender que essa tensão não se esgota quando o objetivo não é alcançado, devido às interrupções alheias à vontade da pessoa. Dessa forma, somando a premissa “c”, podemos concluir que a pessoa tende a lembrar-se mais das tarefas interrompidas (devido à tensão não esgotada) do que das tarefas concluídas (pelo motivo inverso, a tensão esgotou-se).

Para constatar tal conclusão no experimento, ao final do dia, pediu-se aos voluntários que se recordassem de todas as tarefas que receberam, independentemente de estas terem sido concluídas ou não.

Zeigarnik mediu o número de recordações das tarefas incompletas (RI) e o número das recordações das tarefas completas (RC) e obteve o significativo quociente da divisão RI/RC de 1,9. Ou seja, lembramos quase duas vezes mais de algo que foi interrompido do que de algo que conseguimos concluir.

Os setores de propaganda e *marketing* utilizam esse estudo – que ficou conhecido como “Efeito Zeigarnik” – nos *teasers*, estilo de comunicação que mobiliza o público com uma informação incompleta, promovendo uma retenção maior da informação na memória das pessoas.

A Gestalt-terapia também considera até que ponto uma situação incompleta provoca uma tensão interna que, eventualmente, pode contribuir para um comportamento neurótico recorrente que busca o fechamento de tal situação.

Com esses dados, Lewin afirmou que a tensão interna provoca uma tendência à locomoção (no sentido psicológico, que é análoga ao “pensar em algo” de acordo com a premissa “c”), visando a um equilíbrio com o meio.

Do conceito de tensão depreende-se o conceito de campo, que se refere ao espaço psicológico no qual tal tensão flui. Porém, se a relação da pessoa com o meio fosse completamente fluida, a

tensão logo escoaria e a pessoa não a experimentaria. Logo, depreende-se que há, no campo, algo que interfere no fluxo das tensões, contribuindo dinamicamente para o seu escoamento ou retenção. É o conceito de “fronteira”, que pode ser definido dinamicamente como o que permite fluir ou reter as descargas das tensões entre a pessoa e o meio, e também no sentido inverso.

Há ainda situações em que a tensão busca um comportamento cujo sentido satisfaça às próprias necessidades. Tal comportamento, no entanto, pode ser impedido ou dificultado. Lewin chamará de “barreira” àquilo que produzirá esse efeito. A fronteira demarca uma região, mas não necessariamente é vivida como algo que impede a locomoção, como é o caso da barreira (Lewin, 1973, p. 144).

Retomando ainda o conceito de locomoção, Lewin esclarecerá que esta se dá quando a pessoa pode alcançar ou acessar novos dados que, antes, não podia. Lembrando a definição de “espaço vital psicológico”, a locomoção se dá quando novos fatos imediatamente se disponibilizam para gerar novos comportamentos do indivíduo em certo momento. Também não é algo restrito à relação com um espaço material e concreto. Vejamos um exemplo: um coordenador de equipe, sentado à sua mesa, recebe o diretor de seu setor. Este anuncia ao coordenador que, a partir daquele instante, ele passa a ser gerente, recebendo para tanto um salário maior. O coordenador não se mexe, mas seu campo se locomoveu, ampliando-se. Entre outras mudanças imediatas oriundas do novo cargo, ele passa a ter acesso financeiro a bens materiais a que antes não tinha. Novos fatos (sua rápida ascensão financeira) determinam novos comportamentos.

Com isso, temos aqui operacionalmente definidas as bases do pensamento lewiniano. O comportamento (“C”) possível, em dado momento, deverá ser uma função (“f”) da totalidade dos fatos coexistentes, que emergem da relação entre a pessoa (“p”) e seu espaço de vida, ou meio (“m”). Daí, Lewin (1975, p. 75-83) concluirá que: “C= f (p, m)”.

Os conceitos de espaço hodológico e de diferenciação do campo

O comportamento depreendido pela correlação C= f (p, m) se dará em um espaço vivencial, e não em um espaço submetido às leis da lógica matemática, que poderia, conforme a geometria euclidiana, dividi-lo infinitamente. Lewin (1985, p. 80-6) explica sua concepção de espaço com um exemplo prático: como uma pessoa reage ao chegar a uma cidade que não conhece para, então, se dirigir ao trabalho?

Numa época sem GPS, mapas virtuais, *smartphones* etc., a pessoa chegava a um espaço que lhe parecia apenas “um”: a cidade onde nada conhece. À medida que perguntava, obtinha informações com a população local e a unidade “cidade que não conhece” passava a se diferenciar, pois agora o local de trabalho fica em uma direção, não interessando o restante da cidade, que passa a ser o “resto”. Porém, conforme se dirige para o local do trabalho, o simples “ir naquela direção e não ir na direção contrária”, que havia dividido a cidade em duas, gradativamente se diferencia ainda mais. No caminho, surge a visão de um restaurante agradável, próximo do trabalho; aparecem o

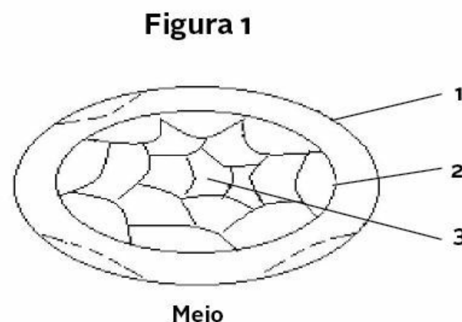
banco utilizado por ele, o hotel, um bar. Com isso, um campo vivido como uma unidade (a cidade) diferencia-se em regiões que ainda podem se subdividir. O restaurante, por exemplo, pode comportar uma área com vista para a rua e outra com vista para o jardim, e assim por diante.

Temos aqui dois conceitos que se articulam no pensamento de Lewin e ainda podem trazer grande contribuição prática para a Gestalt-terapia. Como Lewin trabalhará topologicamente com áreas, regiões, ambientes etc., ele precisará pensar em um espaço coerente com a maneira como o ser humano percebe tais espaços e em como estes se diferenciam à medida que a pessoa aprende algo sobre eles.

Como já vimos, a geometria euclidiana, coerente com o uso matemático, permite a divisão de espaços ao infinito. O espaço humano não é visto assim... O ser humano sai do trabalho (uma região), chega à sua casa (outra). Dentro de casa, pode haver os quartos dos filhos (sub-regiões da região "casa"), mas seu quarto é "seu quarto" (uma sub-região que não é mais passível de subdivisão). Ou seja, faz-se necessário um espaço que permita trabalhar com divisões ou subdivisões que fazem sentido, sempre apresentando finitude, limite. "O espaço hodológico é finitamente estruturado, isto é, suas partes não são infinitamente divisíveis, mas compostas de determinadas unidades ou regiões" (Lewin, 1965, p. 30).

O conceito de espaço hodológico também se refere às regiões que a pessoa percebe diferenciar-se nela mesma, pois ela experiencia regiões mais internas, mais íntimas, que pouco se expõem. Lewin chamará essa região de "central". Outras regiões mais fáceis de expor são chamadas de "periféricas". Quanto às de maior contato com a fronteira do meio externo, ele chamará de região "perceptomotora". Lewin criou uma ilustração para demonstrar esses aspectos:

Figura 1



A Figura 1 mostra a região perceptomotora (1), que entra em contato com o meio. Há ainda as regiões periféricas (2), que envolvem as camadas mais centrais, mais íntimas do indivíduo (3). (Lewin, 1973, p. 199)

Voltando ao exemplo, no espaço hodológico, a pessoa pode vivenciar a cidade como uma unidade. Com o tempo, porém, aquela unidade vai-se diferenciando em regiões e sub-regiões, até

a pessoa ter familiaridade com a cidade e poder se movimentar com segurança.

Esse processo de diferenciação é dinamicamente o mesmo para toda situação nova que a pessoa quer conhecer. Assim, podemos aplicar essa compreensão dinâmica a vários processos diferentes. Por exemplo:

1. Como se dá a aprendizagem: o aluno vê primeiro a unidade chamada matemática, que depois se divide em regiões como álgebra, aritmética e geometria, e, com o tempo, aprende que em cada uma delas surgirão novas sub-regiões, como álgebra linear, álgebra booleana etc. Com a diferenciação, o aluno ganha mais familiaridade com a nova região.

2. Como se dá a intimidade: uma mulher vê primeiro um homem por quem se interessa. Com o tempo, ela o vê se diferenciando em várias regiões, como "gostos" – sobre o que gosta de conversar, onde gosta de ir, o que gosta de comer – e "desgostos" – assuntos em que não gosta de tocar, pessoas de quem não gosta de se aproximar etc.

3. Como se dá o amadurecimento: a pessoa se percebe tendo sempre o mesmo tipo de reação ruim diante de uma situação recorrente na vida e, com o tempo, nota que tal reação vai-se diferenciando em novas possibilidades mais satisfatórias ou atuais. Assim, o que antes era uma única reação neuroticamente compulsória se diferencia em novas escolhas.

Na Gestalt-terapia, o conceito de diferenciação pode ser aplicado, por exemplo, nas queixas de pessoas em atendimento que se referem às situações de vida muito "abstratas", que podem ser energizadas (conforme o conceito de teoria de campo unificada de Perls, citado no início deste capítulo) e transformadas em ação. É o caso dos experimentos em Gestalt-terapia. Com o processo de diferenciação em mente, o Gestalt-terapeuta pode ampliar o potencial de operacionalização do tema que o cliente precisa trabalhar, obtendo maior grau de convergência entre a proposta do experimento e aquilo de que a pessoa precisa.

Como isso se dá? A pessoa em terapia pode trazer suas questões de forma abstrata e aparentemente inexequível para um experimento (questões como "Minha vida não tem sentido", "Eu não me admiro" ou "Sou um estranho para mim mesmo"). Na frase "Minha vida não tem sentido", a palavra "sentido" tem também relação com direcionamento. O Gestalt-terapeuta pode pedir à pessoa que represente seu campo de vida no momento (seja desenhando ou usando o próprio espaço da sala etc.). Como é estar nesse campo de vida? O que vê? Como se diferenciam as possibilidades do seu campo existencial naquele momento? Talvez a pessoa se confronte com vários sentidos disponíveis e com a própria dificuldade de escolher e de ter de lidar com as consequências de acertos e erros...

Já na frase "Eu não me admiro", a palavra "admiração" tem também relação com aproximação, enquanto rejeição vai pelo caminho oposto. Como é estar num campo (ainda apoiado pelo mesmo

tipo de desenho, ou usando o espaço da sala) e diferenciar as coisas das quais se aproxima ou se afasta? Como é se ver como alguém que está lá e não quer se aproximar de si mesmo? Pode surgir aqui o contato com o que realmente a pessoa rejeita (diferenciando melhor os espaços hodológicos) em si mesma, ajudando-a a diferenciar sua totalidade da parte rejeitada.

Na frase "Sou um estranho para mim mesmo", a palavra "estranho" tem também relação com não familiaridade, podendo apresentar uma dinâmica psicológica semelhante à do trabalho com a palavra "admiração".

O conceito de temporalidade em Lewin

Lewin esclarece que o comportamento sempre acontece dinamicamente em processos cujo sentido é dado em virtude da relação da pessoa com o meio, sendo o tempo uma dimensão fundamental para essa compreensão. O tempo terá sua extensão limitada ao tema focalizado, porém não se restringirá apenas ao exato segundo presente, sendo o passado e as possibilidades futuras inclusos na situação considerada.

> Uma "situação num determinado momento" na realidade não se refere a um momento sem extensão no tempo, mas a um determinado período de tempo. Este fato é de grande importância teórica e metodológica para a psicologia [...] Entretanto, permanece como fato básico que é impossível uma descrição adequada de uma situação num determinado momento sem a observação de um determinado período de tempo [...] em psicologia lidamos com "unidades situacionais" que devem ser concebidas como possuindo uma extensão nas suas dimensões de campo e nas suas dimensões de tempo. (Lewin, 1965, p. 57-9)

É necessário ainda articular o conceito de "unidade situacional" com a crítica anterior de Lewin ao paradigma aristotélico. Trabalhar com o tempo presente é também não limitar as investigações somente ao que ocorre com frequência ou sempre.

> Quando [a legitimidade] deixa de estar limitada aos casos que ocorrem regular ou frequentemente mas passa a ser considerada uma característica de todo e qualquer evento físico, desaparece a necessidade de demonstrar a legitimidade de um evento por meio de algum critério especial, como a frequência da ocorrência. Parte-se então do princípio, sem grande dificuldade, de que até um caso particular é legítimo. A raridade histórica não é refutação e a regularidade histórica não é prova de legitimidade, visto que o conceito de legitimidade foi desligado do de regularidade; o conceito de completa ausência de exceções à lei está rigorosamente separado do de constância histórica (o "sempre" de Aristóteles). (Lewin, 1975, p. 35)

Temos até aqui uma compreensão mais clara daquilo com que a teoria de campo trabalha, de como ela visa às situações temporais e espaciais em que emerge o comportamento, trabalhando descritivamente, sempre em relação aos seus contextos referenciais totais e únicos, vividos no presente – que inclui passado e futuro psicológicos. Discutiremos a seguir como Lewin sugere operacionalizar seus conceitos.

Método geométrico (topológico) da construção

Tendo recebido forte influência da psicologia da Gestalt, Lewin, indiretamente, por meio desta, muito se aproximou da metodologia fenomenológica de Edmund Husserl.

Husserl (2000) nos apresenta, em sua primeira redução, a necessidade de não naturalizarmos nossa relação com a realidade e constatarmos que, na verdade, em vez de lidarmos com a percepção de que "há um mundo lá", lidamos com uma realidade indireta, pois só ouvimos o que escutamos, só olhamos o que vemos, só percebemos nossa percepção. Não percebemos diretamente o mundo. Logo, é vital a atitude descritiva perante o que percebemos perceber, e não uma atitude explicativa do mundo, como se ele estivesse dado, posicionado e "sempre sendo daquele jeito". Van Dusen (*apud* Stevens, 1977, p. 124) diz que, "na abordagem fenomenológica, simplesmente tenta-se descobrir o mundo do paciente tal como este é para ele, sem reduzi-lo a nenhuma categoria pseudocientífica (obsessiva, anal, etc.)".

Em vez de a teoria explicar o que é o homem, Lewin nos traz uma descrição de como ele vive para, então, nos dizer quem ele está sendo. O método geométrico da construção é uma analogia entre como a pessoa age e uma forma de representar isso. Independentemente de medida e tamanho, a geometria topológica lida com formas geométricas que poderão representar a pessoa, ou grupos de pessoas, nas situações vividas em seus campos psicológicos. Para aquilo que simboliza a intensidade do motivo para a ação ou as forças presentes no campo, Lewin utilizará vetores (setas) que apontam para a direção do objetivo desejado (valência positiva) ou no sentido contrário (valência negativa). As possibilidades de horizontes ou caminhos serão representadas emergindo em um espaço hodológico, diferenciadas por fronteiras, e aquilo que dinamicamente dificulta ou impossibilita a ação será representado como uma barreira.

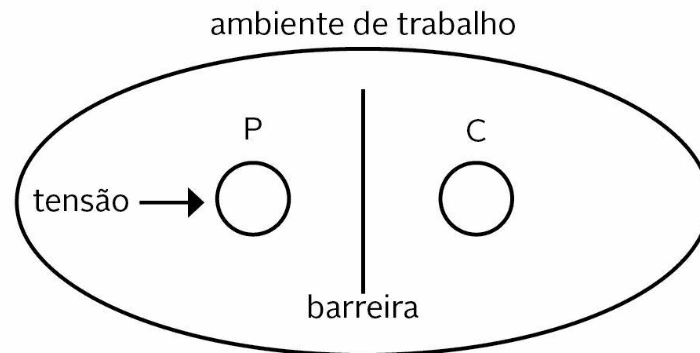
Digamos, por exemplo, que a pessoa chegue ao consultório com a queixa de ter de lidar com a timidez no trabalho, pois para se destacar precisa mostrar o que faz ao chefe, que poderá futuramente promovê-la ou não. Porém, ao se aproximar do chefe, se sente paralisada, sem conseguir prosseguir.

Poderíamos supor que essa pessoa talvez esteja projetando sobre o chefe uma imagem parental repressora, agindo com ele da mesma forma que agia com o pai (foco no passado).

Poderíamos igualmente supor que a pessoa tenha uma elevada expectativa de si mesma. Diante da possibilidade de se colocar perante alguém que possa avaliá-la, seu temor de um não reconhecimento futuro e a consequente não confirmação de sua autoimagem elevada a fazem travar (foco no futuro).

Ambas as suposições são bem plausíveis. Agora, aplicaremos o método geométrico da construção, fazendo a analogia entre a situação da pessoa e a simbolização da geometria topológica. A pessoa que quer se aproximar do chefe no ambiente de trabalho será representada por uma região "P", e o chefe por uma região "C". A seta (vetor) representa a tensão que pressiona "P" em direção a "C", que corresponde à necessidade de ter seu trabalho reconhecido. Essa tensão decorre das forças presentes no campo, onde socialmente se pressiona a pessoa a

agir, pois todos esperam que cada um faça seu próprio *marketing* – adulando o chefe, sendo mais competitivo etc. Nesse espaço, há uma linha que poderia ser traçada perpendicularmente, entre "P" e "C", que simbolizaria o que a pessoa descreve como "timidez" e a paralisa, impedindo-a de atingir "C". Chamaremos essa linha de barreira. A Figura 2 mostra essa situação:



É importante ressaltar que essa descrição é coerente com qualquer um dos dois modelos psicológicos explicativos supramencionados – sobre a projeção parental ou sobre o medo de não confirmação da autoimagem.

Lewin operacionaliza sua metodologia com construções topológicas como a da Figura 2, que representa uma situação (que tanto pode se enquadrar em visões teóricas orientadas temporalmente para o passado ou para o futuro) com ações em movimento (dinamicamente), considerando a totalidade do campo psicológico envolvido (o ambiente de trabalho).

RECURSOS DA TEORIA DE CAMPO APLICADOS À GESTALT-TERAPIA

Técnica de "dar voz" aliada à descrição topológica[9]

Partindo da situação topologicamente descrita no exemplo anterior, no atendimento psicoterapêutico, poderíamos propor à pessoa um experimento baseado na queixa sobre sua timidez para com o chefe. Pediríamos a ela que posicionasse, no espaço do consultório, as partes descritas por ela, simbolizando-as por objetos da sala. Um objeto escolhido e posicionado para simbolizar o chefe, outro para ela mesma, outros para os colegas. No experimento, as pessoas envolvidas – como o chefe, a própria pessoa, os outro colegas etc – são naturalmente mais fáceis de emergir como figuras. A contribuição de Lewin ocorre para o que não é tão visualmente tangível, porém sensivelmente perceptível: os vetores que representam as forças, assim como as barreiras. Nesse caso, a existência de tensão sobre o objeto pode ser simbolizada por um simples barbante ligando o objeto pessoa ao objeto chefe, sendo interrompida por outro barbante, que

representaria a barreira da timidez que torna o chefe inatingível.

Temos, então, uma situação de vida representada por elementos que simbolizam a dinâmica do que a pessoa está vivendo. Essa situação se mostra como algo descritível que amplia, para a própria pessoa em atendimento, as possibilidades compreensivas sobre seu processo existencial.

Ao propor um experimento, considero importante, antes de pedir que a pessoa experiencie as partes representadas na situação, que ela descreva o "clima" da situação, a atmosfera psicológica da totalidade do ambiente. Pergunto: "O que você está sentindo agora quando olha para isso que você representou?"

Segundo Lewin (1965, 1970), a *atmosfera psicológica* descreve uma propriedade do campo: poder ser visto como uma unidade coesa, a partir de um sentido dado (como um afeto). Pode ser momentânea (por exemplo, a atmosfera que se dá quando alguém entra no elevador com outras pessoas) ou até durar anos (como, após vários anos, uma pessoa volta a visitar a casa dos pais e sente as mesmas emoções de antes).

A atmosfera psicológica nos permite conhecer a noção que a pessoa tem do "todo" que está ali vivendo, como ela compreende o fundo referencial a partir do qual emerge a figura da situação entre ela e o chefe.

A pessoa pode ser convidada a entrar na situação representada e dar voz a cada elemento, ou seja, pode trocar de lugar com cada objeto escolhido e "ser" aquele objeto da situação total. É frequente, nesse tipo de trabalho, a pessoa expressar grande familiaridade com o ponto de vista das pessoas envolvidas, mas raramente ela teria experimentado dar voz à própria tensão (dar voz ao "Tenho de falar com o chefe") ou à própria timidez (dar voz à barreira), o que poderá trazer pontos de vista ainda não explorados.

Com base nesse exemplo, podemos descrever algumas contribuições dessa metodologia:

- Há um nítido ganho em relação ao espaço hodológico simbolizado com as informações que passam a ficar disponíveis. Ao posicionar as partes daquele todo vivido, a pessoa indica, na distância entre tais partes, um dado concreto a ser por ela mesma descrito. Os elementos estão próximos ou distantes demais? Alguns mais próximos e outros não? O que significam tais posicionamentos para a pessoa? A barreira é representada como forte demais ou o oposto? A tensão é representada como fraca demais ou o oposto?

- Em consequência da possibilidade concreta descritível, decorrente da montagem da situação vivida, a pessoa se torna independente do terapeuta para elucidar os conteúdos do seu vivido. A situação está ali, e a própria pessoa poderá encontrar, dando voz às partes em contraste com o todo do campo psicológico, o sentido existencial do que está acontecendo. O terapeuta está junto, presente, acompanha de forma sensível o processo de ampliação de autodescoberta e de autossuporte.

• Esse método é um recurso facilitador no que se refere à sua assimilação pela pessoa que o experimenta, pois esta tem diante de si um referencial descritível para interagir, quando antes, apenas no "pensamento" e no verbal, as palavras poderiam ter tantas significações distorcidas quanto a fixação neurótica pudesse permitir. Apenas falando, a pessoa reduz o acesso às informações presentes no campo e corre o risco de manter-se enredada nas tramas de sua própria história. Na situação vivencial isso não ocorre, pois muitas outras informações aparecem: a expressão corporal (gestos, olhares, jeito de caminhar, tons de voz) diante de cada parte do campo; a presentificação das formas dos objetos escolhidos para a simbolização; a ordem na qual são posicionados; a distância entre eles etc.

• A pessoa pode identificar-se com as partes da situação vivida e experimentar, quando no lugar do outro, uma visão ampliada de sua própria percepção projetada no olhar do outro, sentindo as forças presentes no campo, como, por exemplo, presenças imaginárias de outras pessoas. Explorando novos pontos de vista, pode surgir um tipo de gesto que é particularmente importante: os "olhares", como se a pessoa enxergasse alguém. De fato, o campo é o horizonte de sentido de uma situação, e, eventualmente, isso inspira movimentos da pessoa em relação à existência de outras do seu contexto – atual ou não –, aparecendo olhares em direção aos espaços vazios onde ela via pessoas como a mãe, o pai, o marido, a esposa, o professor, a turma de colegas da escola etc. Isso amplia a abertura mais social ao contexto preponderantemente individualizante da terapia.

• Como a situação, como um todo, pode ser representada no campo, os conflitos e suas possíveis soluções também estarão naquela unidade situacional. O campo permite que a pessoa visualize o conflito como uma parte desse campo e uma possível solução ou conclusão em outra parte. E, em vez de só viver um simples "resolvo" ou "não resolvo" (próprio de um pensamento reducionista), a pessoa pode experimentar aproximar-se mais de uma parte, voltar, afastar-se um pouco ou se aproximar. Ela ganha, assim, uma mobilidade com a qual ela pode se permitir gradativamente explorar pontos seguros ou mais ousados, correr riscos, retroceder – tudo isso até perceber-se em contato com a possibilidade de confrontar-se com o antes evitado, dando o encaminhamento que ela quiser ao conflito vivido. Poderá confrontar-se diretamente, desistir do conflito ou ignorá-lo. Lembrando: o que a pessoa entende por "solução" é sempre inerente à sua idiossincrasia, é algo dela, e não algo para atender à expectativa do terapeuta. No caso da timidez para com o chefe, a pessoa, em vez de só experimentar um "falar com o chefe" *versus* "não falar", pode experimentar gradativamente se aproximar dele, manter-se em contato com a experiência de cada passo mais próximo; pode permitir-se voltar atrás e tentar outro dia, e ir ganhando familiaridade com cada etapa experimentada.

Contribuições da teoria de campo para a Gestalt-terapia, segundo Parlett, Latner e Yontef

Parlett (1991) escreveu um artigo sobre os aspectos cruciais do trabalho de Lewin, que especificou mais detalhadamente em cinco princípios. Esse material também se encontra em português, citado nos livros de Robine (2006) e Silveira e Peixoto (2012).

Inicialmente, Parlett destacou o "princípio de organização": todo campo se organiza em função do que acontece nele e tudo que acontece no campo tem um sentido que precisa ser compreendido nessa interação. Nada deve ser compreendido como um em si; tudo que ocorre no campo está relacionado com seus elementos.

A partir do foco presentificante do princípio da contemporaneidade de Lewin, Parlett destacou que o que afeta o campo sempre é algo presente, pois até o passado é tido como o que está sendo agora lembrado, e o futuro como o que está sendo agora antecipado. Ressalta-se que o aqui e agora, tão caro à Gestalt-terapia, igualmente nunca pode ser tomado de forma simplista, como se a pessoa atendida na clínica só pudesse falar sobre o que está acontecendo durante a terapia. Mesmo que fale do passado, como recordação, ou do futuro, como antecipação, isso é algo que acontece no presente.

Com base nessa questão temporal focada no presente, Parlett também destacou outro princípio, chamado por ele de "princípio do processo de transformação": o que acontece no campo é sempre algo em andamento, nunca fixo, pela simples impossibilidade de o próprio tempo se fixar. Como já vimos, "presente" se refere a um horizonte temporal, a partir do momento vivido, para as lembranças que são trazidas à tona, em direção a um futuro com um número de possibilidades finitas (limitadas pelo presente). Lewin nos lembra disso quando comenta que, em suas pesquisas, percebeu que o que nos impulsiona é o sentido do campo iluminado pelo presente (o "onde estamos"), a partir do "de onde viemos", em direção às finitas possibilidades (o "para onde iremos").

Retomando, partindo do enfoque lewiniano sobre os casos únicos, Parlett destacou o "princípio de singularidade": cada situação vivida é única e devemos, com isso, tolerar as ambiguidades e incertezas de lidar com situações nas quais nenhuma experiência anterior pode substituir o que está surgindo agora.

Por último, com base na metodologia descritiva de Lewin, que Parlett chamou de "princípio da possível relevância", depreendemos que, ao lidar com o campo vivencial, todos os elementos que estão presentes podem ser relevantes, mesmo aqueles de suposição contrária, ou aqueles que sempre estiveram lá, como tiques ou trejeitos que poderiam não ter relação com o que estava sendo presentemente vivenciado. Caso algo esteja presente em uma situação, mesmo que se repita em várias outras situações, sempre é importante considerar o ensejo desse algo na vivência atual.

Entre os princípios acima, o tema lewiniano da contemporaneidade recebeu um desdobramento teórico de Yontef (1998). Às vezes, um Gestalt-terapeuta recebe perguntas de pessoas que, baseadas em um pensamento causal/linear, não compreendem a ênfase que a Gestalt-terapia dá ao

presente e se indagam: como pode um acontecimento passado, como um trauma, não ser objeto de conversa na abordagem gestáltica só porque faz “parte do passado”?

A questão é que, em conformidade com o que foi dito antes sobre contemporaneidade, fatos igualmente importantes do passado só existem como passado na medida em que se ligam a algo que está acontecendo, como a uma tristeza ainda sentida. O que faz o passado aparecer é algo no presente, pois não há outro tempo onde ele possa surgir. Logo, é importante perguntar: como a pessoa está vivendo aqui e agora de tal forma que aquele passado retorne como figura para ela?

Segundo Perls, Hefferline e Goodman (1997, p. 42-5), quando pensamos em um organismo, devemos vê-lo inserido em uma situação, pois ele sempre existe em um campo organismo/ambiente, sendo a fronteira de contato um “órgão” específico de *awareness* da situação nova que se presentifica no campo. Joel Latner (1983) ressalta que Perls, Hefferline e Goodman se referiam à concepção de campo como uma unidade, não algo em cujo centro as coisas aconteciam, mas sendo ele próprio – o campo – o acontecimento. O campo não é algo que comporta o acontecimento, como se este fosse parte do campo. O campo é o que acontece.

Na Gestalt-terapia, encontramos uma sintética definição de campo na obra de Yontef (1993, p. 297, tradução nossa), para quem “campo” significa “uma totalidade de forças que se influenciam mutuamente e juntas formam um todo unificado interativo”. Esse autor também nos lembra de que um campo pode ser ampliado ou reduzido, dependendo do interesse em foco, de forma que sempre podemos ver o campo como uma teia de relacionamentos, num contexto de teias de relacionamentos ainda maior ou menor.

Concluindo, o trabalho de Kurt Lewin é bem amplo, com inúmeras possibilidades de aplicação e enorme potencial de convergência com a Gestalt-terapia. Esperamos que, com este capítulo, possamos contribuir para que esse trabalho de aproximação gere cada vez mais frutos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Dorsch, F. *Dicionário de psicologia*. Petrópolis: Vozes, 2001.

Husserl, E. *A ideia da fenomenologia*. Lisboa: Edições 70, 2000.

Latner, J. “Field and systems theories in Gestalt therapy”. *The Gestalt Journal*, v. VI, 1983.

Lewin, K. *Teoria de campo em ciência social*. São Paulo: Pioneira, 1965.

______. *Problemas de dinâmica de grupo*. São Paulo: Cultrix, 1970.

______. *Princípios de psicologia topológica*. São Paulo: Cultrix, 1973.

______. *Teoria dinâmica da personalidade*. São Paulo: Cultrix, 1975.

Parlett, M. “Reflections on field theory”. *The British Gestalt Journal*, 1991, v. 1, p. 68-91. Disponível em: <http://www.elementsuk.com/libraryofarticles/fieldtheory.pdf>. Acesso em: 4 nov. 2012.

Perls, F. S. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar, 1981.

Perls, F.; Hefferline, R.; Goodman, P. *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997.

Robine, J. M. *O self desdobrado*. São Paulo: Summus, 2006.

Rodrigues, A. *Psicologia social*. 8 ed. Petrópolis: Vozes, 1979.

Silveira, T. M; Peixoto, P. T. *A estética do contato*. Rio de Janeiro: Arquimedes, 2012.

Stevens, J. O. (org.). *Isto é Gestalt*. São Paulo: Summus, 1977.

Yontef, G. M. *Awareness, dialogue & process: essays on Gestalt therapy*. Gouldsboro: The Gestalt Journal Press, 1993. [Em português: *Processo, diálogo e awareness*. São Paulo: Summus, 1998.]

9. Essa técnica basicamente é a mesma que Perls (1981) aplica ao trabalho com sonhos.

8
A Gestalt-terapia holística, organísmica e ecológica

PATRICIA VALLE DE ALBUQUERQUE LIMA (TICHA)

Pensar as bases teóricas e filosóficas sobre as quais se ancora uma abordagem é como pensar os solos nos quais se realiza o plantio de uma lavoura: alguns tipos de solo são mais adequados a determinadas espécies vegetais. As árvores, quando plantadas de acordo com as características as quais demandam o chão em que fincam suas raízes, crescem mais saudáveis, com mais força e vitalidade. Desse mesmo modo, quando pensamos nos fundamentos que embasam uma corrente, podemos projetar que essa abordagem terá tanta vitalidade e força quanto seus postulados forem coerentes entre si, permitindo um amplo desenvolvimento dos conceitos que serão erigidos, bem como dos pressupostos técnicos.

Desde meus primeiros contatos com a Gestalt-terapia, ainda enquanto estudante universitária, uma crítica corrente e bastante difundida era particularmente incômoda, a de que ela era apenas uma colcha de retalhos, uma miscelânea de diferentes influências teóricas costuradas de modo apressado e mal alinhavado. Foi um grande alívio ouvir uma colega se pronunciar a esse respeito – não saberia dizer em qual evento, mas certamente numa fala proferida em mesa-redonda de algum dos congressos nacionais da abordagem. A Gestalt-terapeuta Fátima Barroso falou sobre o enorme valor que pode ser pago por uma colcha de *patchwork*; dependendo do modo como os retalhos são dispostos, determinadas composições formam um mosaico belíssimo, de grande valor estético. A partir desse momento, foi essa a imagem que passei a fazer da Gestalt-terapia, que, para mim, se evidencia num amarrado estético de influências várias. Alguns destacam mais umas que outras, mas sem deixar de reconhecer os pontos cardeais constitutivos dessa costura.

Assim, por ser a Gestalt-terapia rica em contribuições que estiveram presentes no momento de sua criação e vêm sendo desenvolvidas e aprimoradas pelos autores contemporâneos, podemos alinhá-la de diversas formas entre as escolas de psicologia e psicoterapia, sem que uma seja incompatível com as outras. É comum pensar a Gestalt-terapia como circunscrita ao grupo das escolas de psicologia de terceira força, o que a colocaria no terreno das abordagens humanistas, fenomenológicas e existenciais. Sobre esse assunto há artigos publicados e outros capítulos, tratando do tema, neste mesmo livro.

Outros autores dão destaque ao caráter corporal da técnica gestáltica, o qual a aproxima de Reich e do teatro expressionista alemão, ambos muito influentes na formação de Fritz Perls, seu

pai e criador. Do mesmo modo é coerente pensar a Gestalt-terapia como uma escola de psicologia holística e ecológica, sendo, para a compreensão de seus pressupostos, fundamentais as influências do pensamento de campo, da visão de mundo do holismo e das bases conceituais da teoria organísmica. É sobre esse terceiro eixo que pretendo desenvolver este capítulo, no qual destacarei o holismo e a teoria organísmica como constitutivos e essenciais para compreender o solo sobre o qual as sementes da Gestalt-terapia foram plantadas, solo esse que permitiu que crescesse amplamente até dar numa árvore frondosa, de onde muitos frutos ainda poderão ser recolhidos.

Um dos grandes motivos de críticas internas e externas foi a falta de maior aprofundamento teórico, a carência de interlocução com as elaborações filosóficas as quais lhe serviam de útero. Considerando os primeiros livros e, mais especificamente, a obra inicial de Perls, Hefferline e Goodman (1997), publicada na década de 1950, muito foi considerado sem clareza quanto às fontes de que se utilizavam. No caso das bases fenomenológicas e existenciais, isso fica bastante evidente: o *Dicionário de Gestalt-terapia – Gestaltês* (D'Acri, Lima e Orgler, 2007) oferece, nos verbetes respectivos, uma revisão do que essa obra trazia a respeito da influência do existencialismo e da fenomenologia. No entanto, esse não é o caso da teoria organísmica e do pensamento holístico. Perls destaca a grande influência sofrida tanto de Goldstein e da sua obra *The organism* (1995) quanto de Jan Smuts e de seu livro *Holism and evolution* (1996).

Na obra *Ego, fome e agressão* (2002), Perls aponta aspectos do holismo imprescindíveis para romper com a perspectiva isolacionista, criticada mas ainda muito presente na psicanálise da época. Indica ainda, por outro lado, os elementos os quais não desejava considerar nas contribuições para a construção de sua teoria psicológica. Ele afirmava não pretender segui-lo naquilo que nomeou de holismo idealista, mas assumia seus aspectos estruturais, a organização de totalidades tanto na área das ciências biológicas quanto em outros ramos. Nessa obra (Perls, 2002, p. 61), ele ainda define o holismo, conforme o termo cunhado por Smuts, como "uma atitude que compreende que o mundo consiste *per se* não apenas em átomos, mas em estruturas que têm um significado diferente da soma das suas partes". Desse modo, aderir ao paradigma holístico significava uma tentativa de romper com o paradigma reducionista e isolacionista com o qual as ciências médicas e biológicas da época estavam comprometidas.

Propor-se a entender a organização dos todos segundo um ponto de vista holístico estrutural não era apenas a adoção de mais um conceito, mas a adesão a um novo paradigma em franco atrito com os alicerces fundamentais da teoria psicanalítica na qual Perls havia sido formado. Do mesmo modo, falar nas contribuições da teoria organísmica para a Gestalt-terapia é ainda ter o holismo como novo referencial epistemológico para as ciências biológicas, pois, como destaca o próprio Goldstein, o holismo era a base estrutural para o pensamento organísmico. Goldstein buscou um modelo holístico para entender a realidade dos pacientes vítimas de lesões cerebrais após a Primeira Guerra Mundial, os quais acompanhava como neurologista. Para ele, as mudanças

que esses pacientes apresentavam não se davam apenas nas áreas atingidas e em suas correlações diretas com as funções corporais; eles se reorganizavam como um todo para lidar da melhor forma possível com sua nova conjuntura. Ou seja, um paciente lesionado em uma área do cérebro ligada a certa habilidade motora não apresentava mudanças comportamentais apenas nesses aspectos motores, havendo total reestruturação de seus modos de agir, como se ele se reorganizasse como um todo perante sua nova realidade física. Goldstein nomeou esse todo estrutural de organismo, entendendo ser ele composto por todos os fatores constitutivos dessa pessoa, tanto no corpo empírico quanto no campo das emoções – e também nos seus padrões de relação com o ambiente e com as pessoas que o cercam.

Um dos fundamentos da teoria organísmica, conforme concebida por Goldstein, é esse caráter interacional do ser humano em relação ao contexto que o cerca. Goldstein, profundamente influenciado pelas teorias da psicologia da Gestalt, considerava o homem uma totalidade sempre diferente do que a mera soma das suas funções, que até então eram estudadas pela medicina e pela psicologia da época de modo dissociado. Estudar o pensamento, a memória, o desenvolvimento da personalidade como objetos de estudo em si, sem considerar que quem pensa é sempre uma pessoa e que entender como são os seus processos cognitivos só é possível olhando para a realidade dessa pessoa como um todo – eis a posição contra a qual Goldstein se opunha quando pensava o homem como um organismo sempre em relação com o meio, o contexto geográfico, sociocultural e físico do qual é um elemento indissociável. O autor entendia que para estudar o homem desse modo era necessário adotar outro método, distinto do adotado pela medicina de então. Chamou esse método de compreensão do homem como totalidade de método holístico *per se*.

A adoção da teoria organísmica colocava a Gestalt-terapia também dentro do contexto das abordagens sistêmicas em psicologia.

> Uma das premissas do funcionamento de um sistema é, exatamente, a interação entre suas partes. Deste modo, o pensamento sistêmico procurava abranger os modelos nos quais não havia uma linearidade funcional entre seus componentes. No caso específico dos organismos vivos, o modelo a ser adotado seria o dos sistemas abertos, pois estes efetuam trocas constantes de matérias com o ambiente. O modelo ideal para se estudar os fenômenos grupais e o funcionamento psicológico do ser humano também seria este dos sistemas abertos enquanto sistemas em permanente interação com o meio. (Lima, 2005, p. 12)

Talvez seja importante para o desenvolvimento teórico da abordagem gestáltica ter mais claro o que significa epistemologicamente afirmar que uma abordagem parte de pressupostos organísmicos e sistêmicos. Goldstein, quando da criação da teoria organísmica, afirmou que a lei que regeria o funcionamento dos organismos seria a lei da autorregulação organísmica, por meio de uma tendência do organismo de se autoatualizar. Segundo suas palavras:

> Podemos dizer que um organismo é governado pela tendência a atualizar, tanto quanto possível, suas capacidades individuais, sua

> “natureza” no mundo. Essa natureza é o que podemos chamar de constituição psicossomática. Essa tendência a autorrealizar sua natureza, a atualizar a “si mesmo”, é o impulso básico, a única motivação pela qual a vida do organismo é determinada. (Goldstein *apud* Lima, 2005, p. 11, tradução minha)

Adotar um ponto de vista organísmico é, portanto, admitir a existência de uma lei que opera no funcionamento desse sistema, lei essa que afirma a busca de todo e qualquer organismo de se atualizar por um princípio autorregulador, inerente à sua natureza. Essa afirmação nos indica que a teoria organísmica parte de um pressuposto sobre o qual todo um arcabouço teórico é construído. E, quando Perls diz que a Gestalt-terapia é uma abordagem associada ao pensamento organísmico, afirma com isso também a assunção desse pressuposto – a autorregulação organísmica como uma lei regedora do funcionamento do organismo. Eis as bases conceituais que estão no solo da criação daquilo que hoje conhecemos como abordagem gestáltica. Isso nos denuncia haver uma amarra teórica e conceitual clara na teoria da Gestalt-terapia. Dentro dessa colcha de retalhos composta por muitas e diferentes contribuições, existe, logo, uma linha que perpassa e alinhava todas as contribuições: o pensamento organísmico. Sem esse alinhavo, não estamos falando de Gestalt-terapia, porquanto essa marca – a crença no processo autorregulador como inerente à condição do ser humano – é constitutiva de nosso campo epistemológico.

O conceito de organismo de Goldstein o descrevia como uma unidade interacional na qual dentro e fora são meras abstrações, dando-se a autorregulação no entre, como um fenômeno de fronteira. Segundo essa visão, o ser humano não só deve ser compreendido como um sistema biopsicossocial, no qual mente/corpo e a interação com o meio – seja este físico, cultural ou social – estão em permanente intercâmbio e compõem uma totalidade em busca de autorregulação, como é impossível pensá-lo isoladamente, pois somos criadores e criaturas ativas no processo de transformação do universo. Holisticamente, não é correto dizer que o ser humano está inserido na natureza; ele é, em si, manifestação da natureza. Isso muda completamente a visão de homem da ciência moderna, que acreditava ser papel do ser humano compreender as leis do funcionamento da natureza e dominá-las. O universo se manifesta em nós e somos constantemente atravessados pelo fluxo energético cósmico em busca de harmonia.

Assim, é mais fácil compreender por que o holismo tenha sido tão pouco estudado na psicologia, pois ele se distanciava dos temas mais considerados por essa ciência. O próprio Smuts teve pouco destaque nos meios filosóficos e psicológicos de sua época, mas é, até hoje, pesquisado por profissionais da área da ecologia e ligados às ciências ambientais. Desse modo, essa marca epistemológica aproxima a abordagem gestáltica das escolas ecológicas que pensam as relações do homem com a natureza do ponto de vista da ecologia social e cultural.

Pinto (2009, p. 81), referindo-se à visão gestáltica, diz que esta “entende o ser humano como um todo unificado, ou seja, por um lado, uma unidade psique-corpo-espírito e, por outro, uma unidade indivíduo-meio”.

Perls não se propunha a adotar o holismo de Smuts em toda a sua abrangência de formulações sobre o modo como ocorre o funcionamento dos todos. Mesmo assim, ao assumir a conexão da Gestalt-terapia com a teoria organísmica, implicou, necessariamente, a adoção também de um ponto de vista holístico, pois a base teórica e filosófica da qual Goldstein partiu para contextualizar o pensamento organísmico foi, declaradamente, o holismo.

O pensamento organísmico-holístico opõe-se, portanto, diretamente ao ponto de vista do paralelismo psicofísico porque indica um funcionamento absolutamente integrado entre mente, corpo e meio. No entanto, a área de estudos de Goldstein eram as ciências médicas e biológicas, mais especificamente a observação de pacientes vítimas de lesões cerebrais. Goldstein não tinha a intenção inicial de estudar os processos psicológicos de todo e qualquer paciente, fosse ele lesionado ou não. Porém, ao fundamentar a teoria organísmica, ele começa a perceber que aquilo que observava nos pacientes por ele estudados parecia ser algo comum a todo e qualquer ser humano: a constante busca de autorrealização dentro das melhores condições possíveis que se fossem criando na relação do homem com o meio circundante.

Foi Perls quem fez uma transposição direta da teoria organísmica para o campo da psicologia, usando-a como ferramenta para pensar um método de psicoterapia. A visão de homem e de mundo adotada na Gestalt-terapia pensava todo e qualquer ser humano como um organismo holisticamente guiado e em processo autorregulador. Essa concepção modifica absolutamente os conceitos de saúde e de doença sobre os quais a maior parte das escolas em psicologia operava, pois a doença passa a ser pensada como uma tentativa de busca de autorregulação. Todo e qualquer sintoma é uma tentativa primeira de adaptação do organismo diante das prioridades que este discrimina no seu momento atual e a busca de atender a elas, da melhor forma possível, na negociação necessária com as condições existentes no meio.

Considerando a conexão absoluta entre organismo e meio, não há como conceber a noção de um organismo em si, fora da relação com o contexto do qual faz parte. A psicologia deve pensar o adoecimento como um processo que se dá nessa dinâmica relacional. Segundo as palavras de Alvim (*apud* D'Acri, Lima e Orgler, 2007, p. 213), "[...] a Gestalt-terapia de PHG (1951) propõe conceber o humano como uma totalidade organísmica que não pode ser considerada isoladamente, que está expressa na noção de campo organismo-ambiente.

Desse modo, não existiriam "sujeitos doentes" ou doenças de ordem intrapsíquica. Aliás, a noção de uma subjetividade intrapsíquica é absolutamente abalada com o pensamento holístico e organísmico na medida em que a subjetividade deixa de ser compreendida como algo "interno", mas como fundamentalmente constituída pela relação homem-mundo. Ainda que a teoria organísmica de Goldstein tenha sofrido críticas por sua vinculação excessiva com uma leitura fisicalista do funcionamento humano, ela rompe com uma série de pressupostos que se faziam presentes nas principais correntes teóricas das ciências psicológicas da época.

Em obra recente, Delacroix (2009) destaca as bases holísticas que compõem uma visão global

de homem – o organismo pensado como uma totalidade psicossomática, totalidade essa que engloba os aspectos corporais, mentais, espirituais e muitos outros, sempre em relação com o(s) outro(s), com o entorno e seu contexto de vida. Assim, fica clara a visão de homem da Gestalt-terapia, que o pensa como um sistema complexo, em permanente interação entre suas partes e o contexto e, portanto, em contínua transformação. Delacroix destaca que, com isso, quando pensamos no processo de crescimento e maturação do ser humano, esse crescimento se dá em todos os aspectos que compõem essa globalidade de ser homem e também na inter-relação com o campo.

Apesar dessa tão importante contribuição do pensamento holístico e organísmico à Gestalt-terapia, muito pouco foi desenvolvido e escrito sobre o tema, tanto por Perls, quanto pelos autores posteriores. Portanto, é fundamental conhecer as obras de Smuts e Goldstein para compreender melhor a relevância de suas contribuições e quanto a Gestalt-terapia pode ser aprimorada se os conceitos holísticos e organísmicos forem revistos à luz das contribuições mais recentes das teorias sistêmicas e ecológicas.

Em artigo publicado em 2005 (p. 15), destaco que

> os organismos, compreendidos enquanto sistemas abertos, funcionariam nos moldes de uma estabilidade relativa, pois estariam permanentemente expostos aos processos originados em si mesmos (processos fisiológicos e neuroquímicos) e também às perturbações advindas do meio externo. [...]
>
> A teoria geral dos sistemas possibilitou a criação de um novo modelo de homem, homem este cuja personalidade deveria ser entendida de forma ativa e dentro de um enfoque holístico. A função homeostática seria apenas uma metáfora e não um critério de comparação com os sistemas biológicos. Mesmo admitindo que as reações psicofisiológicas humanas seguem um padrão de regulação homeostático, ainda assim fica evidente a inadequação da aplicação deste nos processos criativos, de crescimento etc.

Talvez este seja um dos grandes desafios atuais da Gestalt-terapia: entender a relevância da autorregulação organísmica, mas sempre a considerando uma busca de equilíbrio, equilíbrio esse sempre instável. A função autorreguladora não pode ser reduzida a um mecanismo de regulação fisiológica porque ela ocorre na interação do homem com o meio; portanto, quanto mais fluido for o funcionamento, maior será a harmonia entre todos os sistemas ecológicos envolvidos. Não há um padrão fixo, mas uma constante busca de equilíbrio de modo dinâmico. E, como a função primeira do organismo é a autorregulação, entendida como um processo no campo-organismo-meio, a autorregulação é pensada como holisticamente orientada – não podendo a vinculação com o meio ser deixada de lado. Esse sentido de conexão de que somos parte do Todo e, portanto, criaturas mundanas é o cerne da visão de homem e de mundo da Gestalt-terapia.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

D’Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (orgs.). *Dicionário de Gestalt-terapia – Gestaltês*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2012.
Delacroix, J. *Encuentro con la psicoterapia*. 2. ed. Santiago: Cuatro Vientos, 2009.
______. *The organism*. Nova York: Zone Books, 1995.

Lima, P. "Teoria organísmica". *Revista IGT na rede*, v. I, 2005, p. 11-29.
Perls, F. *Ego, fome e agressão*. São Paulo, Summus, 2002.
Perls, F.; Hefferline, R.; Goodman, P. *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personality*. Nova York: Bantam, 1980. [Em português: *Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus, 1997.]
Pinto, E. *Psicoterapia de curta duração na abordagem gestáltica – Elementos para a prática clínica*. São Paulo: Summus, 2009.
Smuts, J. *Holism and evolution*. Nova York: Gestalt Journal Press, 1996.

9
A influência do pensamento oriental na Gestalt-terapia

ROBERTO PERES VERAS

Precursor da Gestalt-terapia, o psicoterapeuta e neuropsiquiatra Frederick Salomon Perls, em sua incessante busca de compreender o ser humano, encontrou em vários lugares os conhecimentos necessários para desenvolver seu objetivo. Sofreu, assim, a influência de diversas teorias, envolvendo-se pessoalmente com alguns movimentos terapêuticos e também com a filosofia oriental. O contato com essa corrente filosófica serviu de constante fonte de inspiração e colaborou com o desenvolvimento de alguns conceitos na Gestalt-terapia.

Observa-se a influência do pensamento oriental em sua obra desde seu primeiro livro, *Ego, fome e agressão* (2002). Ela se faz presente por meio de elementos, imagens e ideias desse universo, e também pelo paradoxo do pensamento oriental:

> [...] mudar-se é tornar-se o que já é; o árido é fértil; não tentar dominar uma dor pela supressão, mas acompanhá-la atentamente, é um meio para não ser dominado por ela; permanecendo no vazio, se encontra o pleno; o momento do caos prenuncia uma nova ordenação desde que não se tente impor ordem. (Tellegen, 1984, p. 42)

Na Gestalt-terapia, quando se aborda a influência do pensamento oriental, faz-se referência remonta ao taoísmo e ao zen-budismo. Mas, afinal, o que propõem essas duas vertentes filosóficas milenares, que permitiram um encontro tão fecundo a ponto de instigar Perls a desenvolver um método psicoterapêutico que possibilitasse ao homem ocidental o mesmo tipo de abertura à autotranscendência humana que ele experimentara com a filosofia oriental (Perls, 1979)?

Este capítulo pretende investigar o pensamento oriental, o contato de Perls com ele e sua presença na Gestalt-terapia. Buscam-se, ainda, as aproximações entre o método e a visão de homem da filosofia oriental e da nossa abordagem.

De início, é importante destacar alguns aspectos de fundo do pensamento oriental na medida em que se diferencia do ocidental. O "pensar" oriental exige ultrapassar a lógica formal, o reconhecimento da existência como um viver paradoxal, e propõe uma ampliação dos conceitos de tempo e espaço, ao mesmo tempo que apresenta a compreensão do tempo como um eterno *aqui e agora* (Herrigel, 2001).

O taoísmo surge na China e encontra na figura de Lao Tsé, que viveu entre o final do século VII

a.C. e meados do século VI a.C., seu maior expoente. De forma sintética, pode-se dizer que, para Lao Tsé, a realidade é sempre formada por opostos. Polos opostos que não se excluem, mas, ao contrário, compõem-se reciprocamente, constituindo uma harmonia equilibrada e ativa, ao mesmo tempo que se condicionam e se limitam. Dessa forma, a compreensão da realidade se afasta de uma visão unilateral para compartilhar uma visão completa da experiência. Uma visão dialética, que procura em sua síntese apreender a totalidade da realidade por meio da recomposição de opostos, tese e antítese, que a formam. Pode-se assim dizer:

Se o mundo concorda sobre a beleza, é porque existe a feiúra.
Se todos concordam sobre o bem, é porque existe o mal.
O "ser" e o "não ser" nascem um do outro;
o difícil e o fácil são complementares;
o longo e o curto nascem por comparação;
o alto e o baixo são interdependentes;
o som e o silêncio estão em mútua harmonia;
o anterior e o posterior são correlativos.
É por isso que o Sábio entrega-se ao não agir, e ensina silenciosamente.
As coisas inumeráveis são feitas sem a menor palavra.
A natureza dá nascimento, mas nada possui.
Ela age, mas não exige nenhuma submissão.
Ela tem mérito, mas não reclama.
O fato de que ela nada pretende a torna indispensável.
(Tsé, 2001, p. 26-7)

Sábio é aquele que busca conhecer o *Tao* e viver de acordo com ele (Tsé, 2001), aqui compreendido como o mistério que escapa a qualquer investigação ou lógica discursiva e, portanto, só pode ser atingível pela intuição mística, o Uno, o eterno, o absoluto, o todo. Este reúne, ao mesmo tempo, o *yin* e o *yang*, a luz e a treva, o masculino e o feminino, o positivo e o negativo, e todos os demais opostos. Aquele que coloca em harmonia seu modo de ser e de agir age não pelo seu "eu", mas deixa que o *Tao* aja nele e por meio dele, sem que seu pequeno "eu" interfira.

O budismo surge na Índia no século VI a.C. e assimila uma série de conceitos do hinduísmo quando chega à China. Em virtude de sua flexibilidade e tolerância, o budismo rapidamente incorpora elementos do taoísmo e se transforma ao mesmo tempo que muda também a cultura chinesa. Surge então o *Ch'an,* vertente que posteriormente originará o zen-budismo. *Ch'an* deriva do sânscrito *dhyana* e quer dizer "meditação".

A meditação é um dos pilares da prática budista e, na medida em que o povo chinês apresentava como característica o pragmatismo em relação aos indianos, ele encontrou grande dificuldade na prática meditativa formal. Em função disso, uma transformação surge, associando o trabalho e as

tarefas do cotidiano chinês à prática meditativa, desde que elas fossem realizadas com vivacidade, atenção e inteireza.

Quando o budismo chega ao Japão, novamente leva parte de suas peculiaridades ao povo do sol nascente e assimila alguns elementos dessa nova cultura. Surge então o zen-budismo – que, para muitos autores, trouxe ao budismo parte do frescor original que se perdera durante seu processo de expansão (Pinto, 1980).

O zen consegue alcançar um diálogo significativo com a cultura japonesa ao integrar muitos elementos da arte em sua prática e, ao mesmo tempo, influenciar toda a arte nipônica. Pode-se perceber tal influência na poesia, na dança, na caligrafia, na pintura (como, por exemplo, o *sumiê*) e nos arranjos florais (o iquebana), entre outros. Nas artes marciais, o zen-budismo revelou aspectos de sua visão paradoxal na medida em que justapõe a leveza da arte à densidade das lutas, realçando a importância da convivência desses dois aspectos no enfrentamento da vida.

ALGUMAS IDEIAS SOBRE O BUDISMO

Quando comparado com os grandes sistemas religiosos, o budismo apresenta uma proposta distinta, uma vez que não aborda uma concepção a respeito de Deus (aspecto central presente nos outros sistemas religiosos). A proposta central do budismo não converge para a busca do *religare*, a religação do homem ao divino, mas foca-se na questão do sofrimento.

O budismo propõe, portanto, a compreensão das raízes do sofrimento e o caminho para a superação deste. Partindo da premissa básica de que o sofrimento é inerente à condição humana, o budismo expande essa percepção para a constatação de que o sofrimento é inerente a todos os seres.

Por meio da compreensão e da superação do sofrimento, o budismo vislumbra uma transformação na consciência de seu praticante. Dessa forma, podemos compreendê-lo como uma filosofia de caráter essencialmente psicológico, uma filosofia de vida. No pensamento oriental não existe a divisão entre filosofia e religião que vivemos no Ocidente, sendo esse aspecto, que permite ao interlocutor dialogar com esse sistema – como filosofia ou como religião (Pinto, 1980).

Em resumo, podemos dizer que o budismo se ocupa das questões centrais da condição humana: o nascimento, o crescimento, o envelhecimento, o adoecimento, a morte e o sofrimento, sendo este último inerente a todos os outros aspectos da condição do ser.

Outro conceito a ser destacado é o da impermanência: a não permanência dos fenômenos, do próprio fluxo da vida que está em constante movimento, no qual nada para, tudo é devir. Para o budismo, estamos diante do fato de que nada se mantém ou permanece. Tudo que existe, em algum momento, deixará de existir. Tudo na existência humana, e no mundo, é transitório. Podemos, portanto, dizer que tudo é fluir, só existindo o porvir.

No budismo, o anseio pela permanência das experiências é denominado apego. O apego desvela uma das facetas do sofrimento humano, pois o desejo de reter o fluxo dinâmico da vida pode desencadear a aversão, a resistência, a não aceitação e um fechamento existencial diante das mudanças na vida, a perda da abertura para o novo.

Cabe esclarecer que o budismo não propõe uma abordagem niilista. O reconhecimento da impermanência, por exemplo, permite a ampliação do sentido existencial em direção ao "saborear" a riqueza de cada momento e à aceitação da chegada de uma nova experiência com o encerramento da anterior.

Com relação ao conceito de "eu", o budismo parte da premissa de que a noção de um "eu" permanente é outro aspecto que também gera sofrimento. Para Dogen (*apud* Silva e Homenko, 2002, p. 237), "estudar o budismo *é estudar o eu. Estudar o eu é esquecer-se de si mesmo. Esquecer-se de si mesmo significa ver o verdadeiro eu em todas as outras coisas do mundo* [...]".

A impermanência, ou transitoriedade, que permeia a existência e o mundo também está presente no "eu" – que, como todas as coisas, está fadado a decair. Dessa maneira, o "eu" é constituído de fatores existenciais impessoais, formando combinações que se transformarão constantemente, num eterno recombinar de configurações e mudanças (Gaarder, Hellern e Notaker, 2001).

Portanto, é possível concluir que, para o budismo, o que aparenta ser um "eu" nada mais é do que um agregado impessoal de fatores existenciais em processos que aparecem e desaparecem:

> Podemos identificar o eu com suas atividades psicológicas tais como nossos pensamentos, lembranças, ou percepções, mas todos esses fenômenos são parte de um fluxo contínuo. A personalidade humana [...] é como um rio que mantém uma forma constante, parecendo uma identidade única, embora nem uma única gota seja a mesma de um momento atrás. (Van *apud* Hall e Lindzey, 1984, p. 116)

A ignorância diante da compreensão desses aspectos da condição humana e a fixação em uma única forma de ser (ou um "engessamento" existencial que aprisiona o homem numa autodefinição de si mesmo) promovem o apego, instauram a dualidade, criam um modo restrito de ser, levando-o também ao sofrimento.

Conta-se que Sidarta Gautama, o Buda, era bastante cuidadoso e evitava qualquer descrição conceitual sobre o processo da iluminação. Quando indagado sobre ele, ou sobre os mistérios do universo, mantinha "um nobre silêncio", repetindo que sua doutrina, o darma, estava apenas preocupada com o caminho para a iluminação (Watts, 2000).

A iluminação (*satori*, no zen), às vezes também chamada de estado desperto, é outro conceito importante e um tanto quanto complexo, difícil de ser descrito ou mesmo indefinível, algo que só pode ser abordado de forma tangencial (Suzuki, Fromm e De Martino, 1970). Pode-se compreendê-la, ainda, como: *a aquisição de um novo ponto de vista*, "[...] um olhar intuitivo ao âmago das coisas, em contraposição à compreensão intelectual ou lógica [...] o desabrochar de um

novo mundo até então despercebido, em face da confusão da mente dualista" (Suzuki, 2002, p. 113).

Com a iluminação, desperta-se para a *natureza búdica*, natureza que habita todos os seres como plena potencialidade. Ao tornar-se budas, os seres despertam para a natureza verdadeira do ser. O que se destaca aqui é uma espécie de abertura que possibilita ao homem um elevado estado de consciência, no qual encontra a união com a realidade definitiva do universo, rompendo, assim, qualquer compreensão dualista.

Para o zen, o *satori* é essencialmente uma experiência súbita, que só pode ser encontrada "na vida do mundo e não no afastamento do mundo". Em outras palavras, é na práxis, no existir cotidiano, com sua fonte primordial de inspiração e provocação, que se pode encontrar a centelha para iluminação. Para chegar a tal estado, o primeiro passo é voltar-se para si mesmo, para o mundo cotidiano e concreto, no qual toda busca principia e, ao mesmo tempo, se encerra.

A filosofia budista também ensina que a mente é composta por duas partes: uma superficial, excitada pelos sentidos e estímulos do ambiente, e outra profunda, tranquila e imóvel. Toda prática meditativa, formal ou não, visa acalmar essa superfície mais agitada e alcançar essa esfera mais profunda da mente (Gaarder, Hellern e Notaker, 2001).

O zen-budismo sustenta todos os elementos do budismo, porém enfatiza uma ruptura com a via racional, com o pensamento lógico explicativo e com todos os processos mentais. Sua proposta é uma captação direta da realidade, o reconhecimento da existência como um "viver paradoxal", visando assim ao alargamento dos conceitos de tempo e espaço. Propõe uma faceta mais irreverente, provocativa e contraditória, que busca promover no praticante uma experiência direta da realidade, sem o filtro do intelecto.

No intuito de alcançar seus objetivos, o zen recorre a recursos como *koans*, *mondos* e a meditação. Espécie de enigmas que não podem ser respondidos por raciocínio lógico-linear, os *koans* exigem um exercício de criatividade, pois não apresentam uma solução final. Ao engajar o praticante no movimento de criação de uma resposta, o *koan* promove uma mudança em sua perspectiva e em sua visão, favorecendo o amadurecimento e transformações em sua personalidade.

Tomem-se os seguintes *koans*: *como era a sua fisionomia antes de nascer? Quando o arqueiro zen lança a flecha, o alvo atingido é ele mesmo. Quando se bate palma com uma só mão, que som se produz?* (Gaarder, Hellern e Notaker, 2001).

Pode-se dizer que "o problema" proposto pelo *koan* não muda, mas, diante dele, a atitude da pessoa se transforma. Nesse sentido, ao ampliarmos essa ideia, a existência humana pode ser vista como um enorme *koan*, no qual, com base no vivido, cada ser precisa aprender a construir suas respostas criativamente. Como o zen preconiza, a vida (bem como suas grandes questões) é para ser vivida e não para ser explicada. Um *koan* a ser decifrado (Suzuki, 2002).

Fritz Perls (1977, p. 65), ao desenvolver a ideia do *aqui e agora* na Gestalt-terapia, nos

apresenta essa proposta por meio de um interessante *koan*: “Nada existe a não ser o aqui e o agora. O agora é o presente, é o fenômeno, é o que você percebe [...]. E eu digo que não é possível viver no aqui e agora, e entretanto nada existe exceto o aqui e agora”.

Já os *mondos* – historietas que abordam aspectos da dimensão universal da condição humana – abrem ao praticante a possibilidade de expandir a consciência. É o que se pode observar em um trecho de “A iluminação da onda”:

> Duas ondas conversam:
>
> — Oh, como eu sofro! As outras ondas são grandes, e eu sou pequena. Algumas estão em ótima situação e eu sou tão desprezível...
>
> A segunda responde:
>
> — Você acha que sofre porque não percebeu claramente sua forma original.
>
> — Não sou uma onda? Então o que sou?
>
> — Uma onda é apenas sua forma temporária. Você é água!
>
> — Água?
>
> — Quando perceber que sua essência é água, não ficará confusa em relação a ser uma onda e deixará de sofrer.
>
> — Ah, entendi! Sou você e você é eu. Somos parte de um eu maior! As pessoas, de forma egoísta, julgam pertencer apenas a si mesmas. Por isso, comparam-se umas as outras e acham que sofrem. Na verdade, todas elas são parte da natureza. Pense sobre isso... (Tsai, 1996, p. 17)

Meditação é uma prática que propõe, de certa forma, acalmar a superfície agitada da mente, a superfície excitada pelos sentidos, o que pode ser obtido por meio de treino e exercício constantes, que lançam mão de inúmeros recursos. No zen, a meditação é denominada *zazen*.

O zen enfatiza que podemos viver o cotidiano como uma prática meditativa, a partir do momento em que esse cotidiano é vivido com “presença” e atenção constantes, em cada experiência. Tal “consciência cotidiana” pode ser entendida como o próprio zen, pois é nessas diversas situações que a mente pode ser ampliada (Suzuki, 2002).

Assim, o zen revela sua grande ênfase existencial, uma vez que o aprendizado também se faz nas vivências diretas e nas circunstâncias concretas do cotidiano. Vejamos a seguinte passagem zen. Certa vez, perguntaram a um distinto instrutor:

> — Fazeis qualquer esforço para vos tornardes disciplinado na verdade?
>
> — Sim, faço.
>
> — Como vos exercitais?
>
> — Quando estou com fome, como. Quando estou cansado, durmo.
>
> — Isto é o que todo mundo faz. Assim, podemos considerar que eles estão também se exercitando da mesma forma por que o fazeis?
>
> — *Não*.
>
> — Por que não?
>
> — Porque, quando eles comem, não estão comendo e sim pensando em várias coisas, deixando-se, portanto, perturbar por vários

pensamentos... Esta é a razão por que não são como eu [...]. (Suzuki, 2002, p. 110)

Com base nos elementos citados, podemos desenvolver uma teoria sobre o adoecimento humano: ele é dado pela própria impermanência. O homem está ontologicamente doente, pois vive aprisionado à ilusão de reter o fluxo da vida, que não para. Carregar água em uma cesta de vime é a imagem que podemos usar para ilustrar esse apego, essa tentativa do homem de conter o movimento da vida.

Adoecimento, portanto, é fruto do fechamento ao porvir, do apego – que, em seu anseio de reter o fluxo da vida, restringe-se ou cristaliza-se diante do devir.

O ENVOLVIMENTO DE PERLS COM O ZEN-BUDISMO

Ao avaliar a trajetória de Perls e sua aproximação com o zen, é possível distinguir três fases. Num primeiro momento, seu interesse se deu na África do Sul, possivelmente motivado por uma crise pessoal e profissional. Existe a hipótese de que a busca de Perls do zen estava mais ligada à necessidade de novos pontos de apoio em decorrência da profunda crise existencial desencadeada pelas frustrações profissionais oriundas dos desencontros, da não confirmação e da experiência de não pertencimento vividas no Congresso de Praga, evento marcado pelo decepcionante encontro com Freud (Figueiroa, 1996).

Posteriormente, nos Estados Unidos, com a colaboração de Paul Weisz, um dos membros do Grupo dos Sete, Perls vive uma fase de aprofundamento e fascínio pelo zen, destacando "[...] sua sabedoria, seu potencial e sua atitude não moral" (Perls, 1979, p. 136).

Finalmente, o entusiasmo de Perls pelo zen levou-o ao Japão, na expectativa de conhecê-lo de forma mais vivencial, ao mesmo tempo que pretendia avaliar a eficácia dessa prática em sua viagem (Ginger e Ginger, 1995). É importante também ressaltar que, nessa trajetória, Perls nunca aderiu ao zen-budismo como religião.

Para Loffredo (1994), foi com base nas concepções de Friedlaender – filósofo expressionista, autor de *A indiferença criativa* – que Perls pôde estabelecer um elo entre a psicologia da Gestalt e o pensamento oriental. Posteriormente, esses conceitos formarão um todo coeso, unificado, que estará presente em noções centrais da Gestalt-terapia. O pensamento oriental parece ter funcionado como um dos fios condutores que colaboraram tanto com o surgimento como com a confirmação de algumas ideias da nossa abordagem.

Segundo Friedlaender, todos os eventos estão relacionados a um *ponto zero* a partir do qual acontece a diferenciação em opostos. É com base nesse estado indiferenciado que se pode "pensar por opostos"; por meio de uma perspectiva paradoxal, é possível desenvolver o *pensamento diferencial*.

Ressalte-se que esses opostos apresentarão uma grande afinidade entre si, uma vez que são

dimensões de um único fenômeno. Permanecendo no centro ou no *ponto zero* (que não é necessariamente um zero absoluto, mas um ponto de equilíbrio), desenvolve-se a capacidade criativa para observar ambos os lados de um mesmo campo, evitando uma visão unilateral. Abre-se a possibilidade de completar uma metade incompleta, configurando-se, assim, uma compreensão muito mais abrangente da situação. A *indiferença criativa* não representa desinteresse; ao contrário, ela é plena de interesse em ambas as direções das diferenciações (Perls, 2002).

O zen-budismo e o budismo chamam esse estado de vacuidade ou vazio – que é difícil de captar – e consagram a ele vários escritos (Suzuki, 2002; Suzuki, Fromm e De Martino, 1970). Vacuidade ou vazio, *sunyata* em sânscrito: o vazio de todos os seres separados. Na vida, o único princípio permanente é a natureza búdica.

De maneira objetiva, podemos dizer que o vazio é a base do ser, sendo essa base "abertura" ou "potencialidade". No nível básico do ser, existe o vazio de características definíveis, a abertura infinita que permite a qualquer "coisa" surgir, transformar-se, desaparecer ou reaparecer. Nesse contexto, abre-se a potencialidade à experimentação de todas as possibilidades, na medida em que não existe uma definição do ser baseada em experiências passadas, presentes ou por prospecções futuras. Para o budismo, a natureza de todos os fenômenos é vazia; uma vez que não há um sentido permanente, o significado é sempre atribuído por quem o percebe.

O conceito de polaridades, que se fundamenta na compreensão da dinâmica polar de todo e qualquer acontecimento, surge da aliança entre o *pensamento diferencial* (com sua proposta de integração de opostos) e a ideia da convivência simultânea de opostos, que constitui uma harmonia equilibrada e ativa postulada pelo pensamento oriental. De acordo com Perls (1979, p. 96),

> [...] qualquer coisa se diferencia em opostos. Se somos capturados por uma dessas forças opostas, estamos em uma cilada ou, pelo menos, desequilibrados. Se ficamos no nada do centro zero, estamos equilibrados e temos perspectiva. Mais tarde, percebi que este é o equivalente ocidental do ensinamento de Lao Tsé.

Na prática gestáltica, o conflito pode ser visto como expressão de polaridades em antagonismo e, ao mesmo tempo, transformar-se num meio para o crescimento e a expansão do *self*. Ao lançar mão da perspectiva do ponto zero, o trabalho terapêutico permite a abertura de um espaço no campo que possibilite transcender a perspectiva dualista, a estagnação e a acomodação. Assim a busca do equilíbrio é possível, favorecendo o movimento rumo à integração, a partir da reorganização do campo (Souto, 2007).

Outro conceito surgido desse encontro é o de *vazio fértil*, constantemente utilizado por Perls: vazio fecundo de possibilidades e criatividade, estado posterior ao fechamento de uma *Gestalt* e anterior à formação de uma nova figura; encontro da vacuidade (ou vazio do zen-budismo) com a *indiferença criativa* de Friedlaender.

Considerando o ciclo do contato, *vazio fértil* é a fase intermediária entre o pós-contato e o pré-contato subsequente. Ele é sinônimo de abertura do *self*, abertura a todas as possibilidades, revelando o potencial criativo que permitirá o emergir de uma nova experiência (Brito, 2012). Para Ribeiro, (1985, p. 128) vazio fértil "é aquele momento supremo de abandono, de entrega a si mesmo como única resposta possível, e a partir do qual tudo pode acontecer".

Também é possível perceber conceitos da filosofia oriental que reafirmam a perspectiva de Perls com base nos elementos da Gestalt. Por exemplo, o processo de formação de figura/fundo e a Gestalt emergente (e toda a fluidez desse processo) ilustram a maneira como o organismo vive suas relações com o meio, ou como os fenômenos acontecem. Tais noções encontram similaridade no pensamento oriental. O zen insiste em reiterar que todos os fenômenos, assim como a vida, estão em um constante fluir no qual nada permanece, a não ser a própria fluidez; em outras palavras, um eterno processo de formação e destruição de *Gestalten*.

Perls revelava uma preferência pelo uso do termo *satori* ou *mini satori*, em substituição ao termo gestáltico *insight*, para descrever situações de descobertas súbitas e intensas que explicitariam com mais propriedade o vislumbrar repentino de uma nova relação de significados que até então não havia sido percebida.

Para Ribeiro (1985), o sentido de abertura, de fuga do domínio do pensamento, o abandono de si próprio, a volta ao corpo e às emoções, a fuga dos rituais, da "não espera" programada e do "deixar acontecer" são influências nítidas do zen e do taoísmo. Essas influências transmitiram à Gestalt um modo de estar na realidade e de a ela reagir que tornam nossa abordagem, mais que uma teoria, uma filosofia de vida.

A investigação a respeito das aproximações entre a estratégia da meditação zen e o *continuum de awareness* na Gestalt-terapia, abordada por vários autores (Figueiroa, 1996; Hycner, 1995; Lofredo, 1994), permite observar que ambos favorecem uma visão interna que possibilita o emergir de aspectos da própria vida, do próprio ser, e a realização de ambos da forma o mais direta possível.

A meditação e a *awareness* apresentam foco na atenção do aqui agora, possibilitando, por meio da concentração e do acompanhamento de cada vivência, a descoberta daquilo que sempre esteve presente, mas não plenamente consciente – e, portanto, não apropriado. Diante das duas práticas, não há necessidade de uma busca externa, mas simplesmente a possibilidade de um maior contato com a situação, com a experiência vivida. Nela, desvelam-se o próprio ser, os processos de expansão da consciência e de transformação humana.

Outro aspecto importante dessas propostas é a atitude que fundamenta e sustenta suas práticas. Na Gestalt-terapia, o *continuum de awareness* (ou presentificação) possibilita a investigação da própria experiência por meio de um olhar ingênuo que suspende temporariamente seu saber, na tentativa de assim apreender o vivido em sua essência e na busca de um sentido singular e peculiar para aquela pessoa.

Já na meditação, essa atitude aparece no chamado "olhar de principiante", que visa à manutenção da mente vazia e aberta. Esse olhar abandona o "conhecimento" e o domínio das coisas. Para o zen, ambos poderiam obstruir a capacidade de abertura e de receptividade para o novo e para a construção de novos sentidos (Suzuki, 1996).

É a atitude de principiante diante da vida que de fato possibilita a aprendizagem. Essas ideias e atitudes (do zen e da Gestalt-terapia) encontram correspondência na fenomenologia, que sugere a colocação de valores e pré-concepções "entre parênteses", suspendendo a crença no mundo natural e olhando para os fenômenos com um olhar ingênuo. As práticas do zen e da Gestalt-terapia preconizam a mesma postura ante a possibilidade de aproximação e compreensão das experiências humanas e do processo de autoconhecimento.

A meditação é compreendida como uma prática que possibilita um estado de abertura necessária à apreensão das sutilezas da vida, cujo "sonambulismo" do cotidiano, com seu véu, não nos permite usufruir. Em outras palavras, a meditação propõe a expansão da consciência (ou ampliação da mente), que desenvolve um maior senso de presença e inteireza no viver de cada situação. O *continuum de awareness,* que se estrutura por meio do *aqui e agora* e do *contato,* também visa à expansão da consciência, gerando um maior senso de presença e "inteireza" no viver, a centralidade no presente e, consequentemente, uma melhor apropriação da condição existencial da pessoa.

Assim, tanto a meditação quanto o método de *awareness* são similares em sua estrutura, sua prática e, aparentemente, em seu objetivo, na medida em que ambos se propõem a auxiliar o ser humano a se alojar no presente e a se apropriar melhor do viver.

A investigação a respeito das visões do homem e das concepções de cura, tanto na Gestalt-terapia quanto no zen, remete à confiança no ser, e é nessa perspectiva que ambas se desenvolvem, ancoradas na crença do potencial humano de integração e desenvolvimento. Enfatizam a liberdade do homem, sua responsabilidade perante a existência, sua capacidade de escolha, seu poder sobre si mesmo e sobre o próprio existir. Valorizam também a capacidade de expansão da consciência e a busca incessante da transcendência, entendida como o movimento humano de *ir mais além* de si mesmo.

Na perspectiva budista, a liberdade não é outorgada, mas cultivada, independentemente das condições ou do ambiente em que o indivíduo se encontra. A liberdade expõe a capacidade do ser humano de lidar com as adversidades, possível a partir do momento em que ele conhece seus sentimentos – raiva, inveja, orgulho, desespero e angústia – e aprende a se relacionar com eles.

A transformação de tais sentimentos instrumentaliza os indivíduos perante qualquer acontecimento do cotidiano, tornando-os mais fortalecidos, firmes, capazes de residir no *aqui e agora,* sem se deixar absorver pelos acontecimentos do passado ou do futuro. Serão pessoas mais livres, capazes de lidar melhor com qualquer situação, independentemente das circunstâncias.

Para a Gestalt-terapia, a noção de liberdade está muito próxima à da perspectiva budista. O

homem não escolhe o local de seu nascimento, mas, uma vez lançado ao mundo, cabe a ele construir o próprio projeto existencial dentro das limitações do meio em que está inserido. O homem sempre terá liberdade de escolha e de ação dentro desse campo, liberdade compreendida como a capacidade de criação dentro do possível. Mas a própria noção de liberdade impõe diferenças entre as duas perspectivas, envolvendo a compreensão e a visão do conceito de angústia.

Na perspectiva fenomenológica (característica da Gestalt-terapia), em sua vertente existencial, o homem é apresentado como "abertura". Ante essa abertura, ele não reúne condições de pré-ver e, consequentemente, não tem garantias para suas escolhas. Sua trajetória será sempre marcada pela angústia e impossibilidade de realizar todas as suas potencialidades, e também pela precariedade da existência humana, pois invariavelmente caminhamos para a morte. É a vivência da angústia que desvela ao homem suas possibilidades, colocando-o em contato com o nada, com o "não ser", com aquilo que ainda não é, no entanto poderá ou não ser. Nessa abordagem, a angústia não pode ser superada pelo homem, mas sustentada por ele. Em última instância, o homem pode caminhar para a morte sem medo, mas não sem angústia, uma vez que esta traz a própria "possibilidade da impossibilidade".

Para o budismo, o ser humano também é "abertura". O sofrimento, assim como a angústia, faz parte da condição humana e se apresenta como oportunidade para o autoconhecimento, para a descoberta de si mesmo e para a transcendência. Contudo, o budismo acena para a possibilidade da supressão dos desejos e para o desapego ao "eu", movimento por meio do qual se pode chegar à eliminação do sofrimento e da própria angústia. Tal desprendimento permite a continuidade dos ciclos do nascer e do morrer, mas sob a perspectiva de "ultrapassagem" do sofrimento e da angústia. Isto é, desse ângulo, a angústia pode, sim, ser superada.

Gestalt-terapia e zen-budismo acreditam na transformação do ser humano rumo ao desabrochar de sua verdadeira natureza. Ambos privilegiam o fundamento relacional da existência humana. Na Gestalt-terapia, este surge na noção do *entre*, do *dialógico*, do *relacional* (Buber, 1979). No zen, aparece no conceito de *inter-ser* ou da *interdependência*.

A "quebra dos pontos de apoio" proposta pelo zen pode ser comparada à restauração dos processos de cristalização na Gestalt-terapia. No zen, esses pontos podem revelar futuros impedimentos e restrições ao "existir fluido" do ser humano. Na Gestalt-terapia, possibilitam corresponder aos próprios processos cristalizados, em situações de "engessamento" que estariam estagnando o processo maturacional humano.

Muito embora a Gestalt-terapia e o zen destaquem a importância do desabrochar humano, "a compreensão de nossa própria e mais íntima natureza", o "entrar em contato com nosso sábio interior", suas concepções de natureza humana apresentam diferenciações (Ribeiro, 1998, p. 57).

A Gestalt-terapia não apresenta um acervo fechado e definido para as possíveis facetas do humano, uma vez que ele é um ser aberto às infinitas possibilidades, num constante *vir a ser*. Não

define a planta que a semente carrega, embora acredite na planta que habita a semente como potencial a se desenvolver.

Já para o budismo, há um alvo claro para a flecha "natureza humana"; o homem é Buda, aquele que pode superar o sofrimento, bastando para isso despertar essa natureza do seu verdadeiro ser. Sua concepção de *natureza humana* parece encampar toda a proposta da Gestalt-terapia, mas a modifica e a ultrapassa na medida em que revela uma continuidade para a perspectiva de homem da Gestalt, quando prevê a valorização e até a idealização do ser humano com um objetivo claro e atingível, ou alcançável, a respeito do seu fim último.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brito, M. A. Q. "Vazio fértil". In: D'Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (orgs.). *Dicionário de Gestalt-terapia – gestaltês*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2012.

Buber, M. *Eu e tu*. São Paulo: Cortez, 1979.

Figueiroa, M. "Reoriente-se". *Revista de Gestalt*. Departamento de Gestalt-terapia do Instituto Sedes Sapientiae, São Paulo, v. 5, 1996.

Gaarder, J.; Hellern, V.; Notaker, H. *O livro das religiões*. São Paulo: Companhia das Letras, 2001.

Ginger, S.; Ginger A. *Gestalt: uma terapia do contato*. São Paulo: Summus, 1995.

Hall, C. S.; Lindzey, G. *Teorias da personalidade*. 18. ed. São Paulo: EPU, 1984.

Herrigel, E. *A arte cavalheiresca do arqueiro zen*. São Paulo: Pensamento, 2001.

Hycner, R. *De pessoa a pessoa: psicoterapia dialógica*. São Paulo: Summus, 1995.

Loffredo, A. M. *A cara e o rosto: ensaio sobre Gestalt-terapia*. São Paulo: Escuta, 1994.

Perls, F. S. *Gestalt-terapia explicada*. 2. ed. São Paulo: Summus, 1977.

_______. *Escarafunchando Fritz: dentro e fora da lata de lixo*. São Paulo: Summus, 1979.

______. *Ego, fome e agressão: uma revisão da teoria e do método de Freud*. São Paulo: Summus, 2002.

Pinto, G. A. C. "O zen e as artes japonesas". *Cadernos Candido Mendes*, Centro de Estudos Afro-Asiáticos, Rio de Janeiro, n. 33, 1980.

Ribeiro, J. P. *Gestalt-terapia: refazendo um caminho*. São Paulo: Summus, 1985.

Ribeiro, W. *Existência-essência: desafios teóricos e práticos das psicoterapias relacionais*. São Paulo: Summus, 1998.

Silva, G.; Homenko, R. *Budismo: psicologia do autoconhecimento*. São Paulo: Pensamento, 2002.

Souto, M. C. P. "Polaridades, opostos, forças opostas". In: D'Acri, G.; Lima, P.; Orgler, S. (orgs.). *Dicionário de Gestalt-terapia – gestaltês*. 2. ed. São Paulo: Summus, 2012.

Suzuki, D. T. *Mente zen, mente de principiante*. 2. ed. São Paulo: Palas Athena, 1996.

______. *Introdução ao zen-budismo*. 8. ed. São Paulo: Pensamento, 2002.

Suzuki, D. T.; Fromm, E.; De Martino, R. *Zen-budismo e psicanálise*. São Paulo: Cultrix, 1970.

Tellegen, T. A. *Gestalt e grupos: uma perspectiva sistêmica*. São Paulo: Summus, 1984.

Tsai, C.C. *Zen em quadrinhos*. Rio de Janeiro: Ediouro, 1996.

Tsé, L. *Tao te ching*. São Paulo: Paulus, 2001.

Watts, A. W. *O espírito do zen*. São Paulo: Cultrix, 2000.

Os autores

Ari Rehfeld

Psicólogo e psicoterapeuta, é professor e coordenador da Abordagem Fenomenológico-Existencial na Faculdade de Psicologia da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP), sendo precursor dessa abordagem na Gestalt-terapia brasileira. Além de professor da pós-graduação da Faculdade de Economia e Administração de Belo Horizonte (Fead), é diretor e coordenador do Centro de Formação e Coordenação de Grupos em Fenomenologia "Fenô e Grupos". Dedicou-se também à educação, tendo atuado como diretor da área pedagógica da rede de 15 escolas da comunidade judaica de São Paulo.

Claudia Lins Cardoso

Doutora em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-Rio), é professora-adjunta do Departamento de Psicologia da Faculdade de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG). Gestalt-terapeuta, é professora convidada do curso de pós-graduação em Psicologia Clínica: Análise Existencial e Abordagem Gestáltica da Faculdade de Economia e Administração de Belo Horizonte (Fead).

Hugo Elídio Rodrigues

Mestre em Psicologia Social pela Universidade Estadual do Rio de Janeiro (Uerj), é Gestalt-terapeuta. Atua em consultório particular, atendendo adultos, casais e grupos. Professor universitário entre 2006 e 2009, é sócio-fundador e diretor do Instituto de Psicologia Gestalt em Figura. Professor formador e palestrante em diversos temas na abordagem gestáltica, coordena *workshops* terapêuticos e *workshops* de treinamento. Autor de *Introdução à Gestalt-terapia* (Vozes, 2000), escreveu também o verbete "Teoria de campo" no *Dicionário de Gestalt-terapia* (Summus, 2007).

Karina Okajima Fukumitsu

Psicóloga e psicoterapeuta, é professora do curso de Psicologia da Universidade Presbiteriana Mackenzie. Doutoranda em Psicologia Escolar e do Desenvolvimento Humano pela Universidade São Paulo (USP), é mestre em Psicologia Clínica pela Michigan School of Professional

Psychology (EUA), especialista em Psicopedagogia pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e em Gestalt-terapia pelo Instituto Sedes Sapientiae. É autora dos livros *Suicídio e Gestalt-terapia* e *Perdas no desenvolvimento humano: um estudo fenomenológico* (DPP, 2011).

Lilian Meyer Frazão

Uma das pioneiras na abordagem gestáltica no Brasil, é mestre em Psicologia Clínica pela Universidade de São Paulo (USP), professora do Instituto de Psicologia da mesma instituição e docente do Departamento de Gestalt-terapia do Instituto Sedes Sapientiae. Colaboradora em treinamentos de Gestalt-terapeutas no Brasil e no exterior, é autora de artigos em revistas e responsável pela tradução de artigos e livros de Gestalt para o português.

Marisete Malaguth Mendonça

Especialista em abordagem gestáltica, é mestre em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica de Goiânia (PUC-GO). Fundadora do Instituto de Treinamento e Pesquisa em Gestalt-terapia de Goiânia (ITGT), onde é professora, diretora acadêmica e orientadora de pesquisas clínicas, tem-se dedicado aos seguintes temas: relação entre fenomenologia e dialógica, significação e manejo dos sintomas e importância do não dito na psicoterapia.

Patricia Valle de Albuquerque Lima (Ticha)

Doutora em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), é psicoterapeuta e supervisora na abordagem gestáltica. Professora-adjunta do curso de Psicologia do Polo Universitário de Rio das Ostras (Puro) da Universidade Federal Fluminense (UFF), colabora com os cursos de especialização em Psicologia Clínica do Instituto Carioca de Gestalt-terapia, do Instituto de Gestalt-terapia e Atendimento familiar (IGT) e do Comunidade Gestáltica. É ainda colaboradora do Instituto de Gestalt-terapia de São Paulo e membro do conselho consultivo dos periódicos *IGT na Rede* e *Revista da Abordagem Gestáltica*.

Roberto Peres Veras

Psicólogo clínico, é mestre em Psicologia Clínica pela Pontifícia Universidade Católica de São Paulo (PUC-SP) e especialista em Gestalt-terapia pelo Instituto Sedes Sapientiae. Professor/supervisor clínico na Universidade de Santo Amaro (Unisa), é professor colaborador do Instituto Gestalt de São Paulo, além de professor convidado do departamento de Gestalt-terapia do Instituto Sedes Sapientiae, do curso de especialização em Gestalt-terapia de

Maringá/Núcleo de Educação Continuada do Paraná e do Instituto de Aconselhamento e Terapia do Sentido do Ser (Iates).



Gestalt-terapia

conceitos fundamentais

Coleção Gestalt-terapia: fundamentos e práticas

Organizadoras:
Lilian Meyer Frazão e
Karina Okajima Fukumitsu

02

Gestalt-terapia: conceitos fundamentais

Costa, Virginia Elizabeth Suassuna Martins

9788532309495

224 páginas

[Compre agora e leia]

O segundo volume da Coleção "Gestalt-terapia: fundamentos e práticas" trata de temas como awareness, funções, fases e ciclo de contato, fronteira de contato, o self e suas funções, autorregulação organísmica e homeostase, ajustamento criativo e hierarquia de valores ou necessidades, aqui e agora, autossuporte e heterossuporte, indiferença criativa, teoria paradoxal da mudança e concepção de neurose em Gestalt-terapia. Textos de Virginia Elizabeth Suassuna Martins Costa, Angela Schillings, Beatriz Helena Paranhos Cardella, Celana Cardoso Andrade, Claudia Baptista Távora, Gladys D'Acri, Karina Okajima Fukumitsu, Lilian Meyer Frazão, Marcelo Pinheiro, Mônica Botelho Alvim, Patrícia Lima, Sandra Salomão e Alexandra Cleopatre Tsallis.

[Compre agora e leia]

JORGE
PONCIANO
RIBEIRO

O CICLO DO CONTATO

ª EDIÇÃO REVISTA E ATUALIZADA

TEMAS BÁSICOS NA
ABORDAGEM GESTÁLTICA



O ciclo do contato

Ribeiro, Jorge Ponciano

9788532311290

208 páginas

Compre agora e leia

Pioneiro da Gestalt-terapia no Brasil e criador da teoria do ciclo do contato, Jorge Ponciano Ribeiro é mundialmente conhecido por sua mente inquieta e pela generosidade ao compartilhar seu vasto conhecimento. Nesta edição revista e atualizada de O ciclo do contato, o autor aprofunda determinados temas caros à abordagem gestáltica e também introduz novos conceitos, sempre procurando ampliar o didatismo de suas explicações. Ao mesmo tempo, trata-se de um clássico da Gestalt-terapia brasileira. E de um presente tanto para os que já conhecem seus textos como para os que se iniciam nesse caminho. Como diz o autor, "o ciclo do contato é meu instrumento pessoal de trabalho. Eu o leio e releio como um escultor que nunca dá por terminada sua obra – e isso só acontece quando a obra nasce mais do coração do que do pensamento do artista".

Compre agora e leia

28ª edição revista

YVES DE LA TAILLE

PIAGET

MARTA KOHL DE OLIVEIRA

VIGOTSKI

HELOYSA DANTAS

WALLON

TEORIAS PSICOGENÉTICAS EM DISCUSSÃO



Piaget, Vigotski, Wallon

de La Taille, Yves

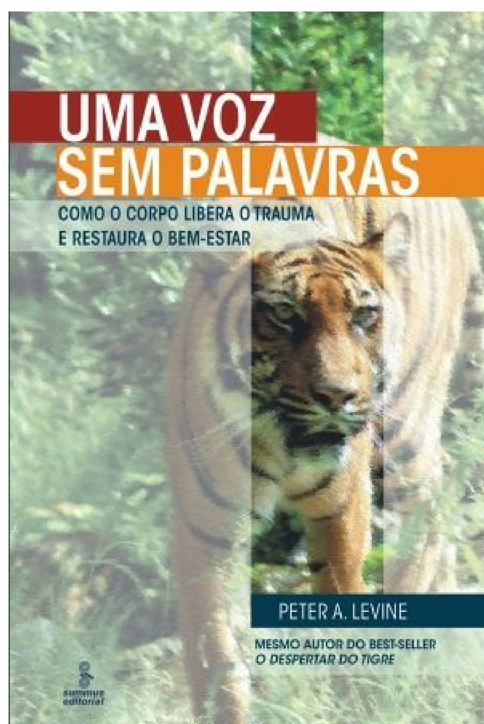
9788532311276

176 páginas

Compre agora e leia

Jean Piaget, Lev S. Vigotski e Henri Wallon são os três maiores teóricos estudados no universo da educação e da psicologia. Nesta obra, consagrada por crítica e público, Yves de La Taille, Marta Kohl de Oliveira e Heloysa Dantas traduzem para o leitor o pensamento vivo desses autores. Analisando as ideias de Piaget, Yves de La Taille aborda conceitos como ser social, ética, autonomia, coerção versus colaboração e obediência versus justiça. Ao esclarecer os principais construtos da teoria construtivista, ele ressalta a importância da afetividade na educação. Debruçando-se sobre os contrutos de Vigotski, Marta Kohl de Oliveira destaca tópicos como linguagem, formação de conceitos e metacognição. Partindo de uma abordagem holística do ser humano, a autora analisa a fundo a abordagem sócio-histórica e as implicações da afetividade para a cognição. Já Heloysa Dantas dedica-se ao pensamento de Henry Wallon, destacando a emoção como instrumento típico da espécie humana e mostrando a interligação entre afetividade e inteligência – concluindo, como seus colegas, que a comunicação afetiva é fundamental para uma educação efetiva. Trata-se, definitivamente, de um livro fundamental na área da pedagogia.

Compre agora e leia


UMA VOZ
SEM PALAVRAS
COMO O CORPO LIBERA O TRAUMA
E RESTAURA O BEM-ESTAR
PETER A. LEVINE
MESMO AUTOR DO BEST-SELLER
O DESPERTAR DO TIGRE


Alexander Lowen
Narcisismo
A negação do verdadeiro self
summus editorial

Narcisismo

Lowen, Alexander

9788532310835

208 páginas

Ao contrário do que diz o senso comum, os narcisistas não amam a si mesmos nem a mais ninguém. Eles não conseguem se aceitar; ao contrário, constroem uma máscara rígida para ocultar suas emoções. Influenciados pela nossa cultura e predispostos por fatores ligados à personalidade humana, os narcisistas costumam preocupar-se mais em parecer felizes do que em sê-lo. Sedutores e manipuladores, estão sempre em busca de poder e controle, deixando de lado os verdadeiros valores do self – autoexpressão, autodomínio, dignidade e integridade. Nesta obra revolucionária, Alexander Lowen usa sua ampla experiência clínica para mostrar que os narcisistas podem recuperar os sentimentos suprimidos e reaver sua humanidade. Por meio da terapia bioenergética, tanto os narcisistas quanto aqueles que convivem com eles encontrarão o caminho para uma existência plena e verdadeira.

Compre agora e leia